PGS. TS. Huỳnh Văn Sơn – ThS. Lê Thị Hân (Chủ biên)
TS. Trần Thị Thu Mai - ThS. Nguyễn Thị Uyên Thy

Giáo trình
TÂM LÝ HỌC ĐẠI CƯƠNG

LỜI NÓI ĐẦU

Là một khoa học non trẻ ra đời mới hơn một thế kỷ qua. Tâm lý học ngày nay đã phát triển với những bước tiến mạnh mẽ bởi sự cần thiết và tính ứng dụng của nó trong mọi lĩnh vực của cuộc sống con người. Hiệu quả đặc biệt của Tâm lý học không chỉ đối với việc phát triển cá nhân, giải quyết những vấn đề của con người - xã hội mà còn góp phần quan trọng nâng cao hiệu quả trong các hoạt động đa dạng và phong phú của con người.

Tâm lý học đại cương được xem là môn học cung cấp những kiến thức cơ bản, khái quát về tâm lý con người. Từ việc tìm hiểu bản chất của tâm lý người đến việc tiếp cận tâm lý con người dựa trên những mặt cơ bản như: nhận thức - tình cảm - hành động đến việc tìm hiểu đời sống tâm lý con người với những hiện tượng tâm lý có ý thức đến những bí ẩn trong đời sống vô thức. Không những thế, việc tiếp cận con người trên bình diện nhân cách cũng đem đến những cách nhìn nhận, đánh giá và phát triển con người một cách sâu sắc và toàn diện. Việc nghiên cứu khoa học tâm lý sẽ thật bài bản và khoa học nếu như giải quyết những vấn đề cốt lõi trong Tâm lý học đại cương một cách thấu đáo.

Tâm lý học đại cương thực sự trở thành công cụ cần thiết đề tìm hiểu những chuyên ngành sâu của Tâm lý học và cả những khoa học có liên quan như Giáo dục học, Lý luận dạy học bộ môn cũng như những khoa học liên ngành và chuyên ngành khác… Với sinh viên chuyên khoa Tâm lý học, việc tiếp cận Tâm lý học đại cương một cách hệ thống sẽ là nền tảng vững chắc cho việc nghiên cứu những chuyên ngành Tâm lý học khác. Với sinh viên không chuyên Tâm lý học nói chung, khi tiếp cận Tâm lý học đại cương sẽ nhận thức được sâu sắc cơ sở tâm lý của việc tìm hiểu học sinh và của việc tổ chức hoạt động dạy học một cách khoa học, nghệ thuật và hiệu quả.

Quyển giáo trình Tâm lý học đại cương này là sản phẩm của bộ môn Tâm lý học sau nhiều năm nghiên cứu và đầu tư. Giáo trình nhằm đáp ứng yêu cầu giảng dạy, học tập và nghiên cứu cho sinh viên các trường nói chung và sinh viên Trường Đại học Sư phạm đối với môn Tâm lý học. Kết cấu giáo trình được biên chế theo các chương ứng với sự đầu tư biên soạn của các cán bộ giảng dạy thuộc bộ môn Tâm lý học như sau:

+ Chương 1: Nhập môn Tâm lý học. ThS. Nguyễn Thị Uyên Thy
+ Chương 2: Hoạt động và Giao tiếp. (TS. Huỳnh Văn Sơn)
+ Chương 3: Sự hình thành và phát triển tâm lý, ý thức. (ThS. Lê Thị Hân)
+ Chương 4: Hoạt động nhận thức. TS.Trần Thị Thu Mai (Cảm giác, Tri giác, Trí nhớ và Tưởng tượng), TS. Huỳnh Văn Sơn (Tư duy và Chú ý).
+ Chương 5: Đời sống tình cảm. (ThS. Nguyễn Thị Uyên Thy)
+ Chương 6: Ý chí. (TS. Huỳnh Văn Sơn)
+ Chương 7: Nhân cách. (ThS. Lê Thị Hân)

Đây là công trình mang tính tập thể nên sự kế thừa những tư liệu quý của những

nhà khoa học đi trước, sự tiếp nối những thành tựu nghiên cứu giảng dạy và đào tạo của Bộ môn Tâm lý học - Khoa Tâm lý Giáo dục trong nhiều năm qua luôn được trân trọng với cả tấm lòng thành. Giáo trình cũng được biên soạn theo hướng tinh lọc những kiến thức cơ bản và thiết thực phù hợp với hướng đào tạo theo hệ thống tín chỉ. Ngoài ra, phần tóm tắt kiến thức sau mỗi chương vừa mang tính gợi mở nghiên cứu vừa định hướng cho việc ôn tập nội dung trọng tâm, đáp ứng đa dạng với các hình thức đánh giá như: luận đề, trắc nghiệm, tiểu luận...

Với những cố gắng nhất định, giáo trình đã có những nét mới nhưng chắc chắn những hạn chế là không thể tránh khỏi. Rất mong nhận được sự đóng góp và chia sẻ của các nhà khoa học, quý đồng nghiệp và bạn đọc để giáo trình tiếp tục hoàn thiện hơn.

Bộ môn Tâm lý học và nhóm tác giả

Chương 1. NHẬP MÔN TÂM LÝ HỌC **1**

1.1. ĐỐI TƯỢNG, NHIỆM VỤ NGHIÊN CỨU CỦA TÂM LÝ HỌC 1

1.1.1. Tâm lý, Tâm lý học là gì? 1

1.1.1.1 Tâm lý là gì? 1

1.1.1.2 Tâm lý học là gì? 1

1.1.2. Vài nét về lịch sử hình thành và phát triển của Tâm lý học 1

1.1.2.1. Tư tưởng Tâm lý học thời cổ đại 2

1.1.2.2. Tâm lý học từ thế kỷ XIX trở về trước 2

1.1.2.3. Tâm lý học trở thành một khoa học độc lập 4

1.1.3. Một vài quan điểm Tâm lý học hiện đại 4

1.1.3.1. Tâm lý học hành vi 4

1.1.3.2. Tâm lý học Gestalt (Tâm lý học cấu trúc) 5

1.1.3.3. Phân tâm học 6

1.1.3.4. Tâm lý học nhân văn 6

1.1.3.5. Tâm lý học nhận thức 7

1.1.3.6. Tâm lý học thần kinh 7

1.1.3.7. Tâm lý học Marxist (Tâm lý học hoạt động) 7

1.1.4. Đối tượng, nhiệm vụ nghiên cứu của Tâm lý học 8

1.1.4.1. Đối tượng nghiên cứu của Tâm lý học 8

1.1.4.2. Nhiệm vụ nghiên cứu của Tâm lý học: 8

1.2. BẢN CHẤT, CHỨC NĂNG VÀ PHÂN LOẠI CÁC HIỆN TƯỢNG TÂM LÝ 8

1.2.1. Bản chất các hiện tượng tâm lý theo quan điểm duy vật biện chứng và duy vật lịch sử 8

1.2.1.1. Tâm lý người là sự phản ánh hiện thực khách quan 8

1.2.1.2. Tâm lý người là chức năng của bộ não 10

1.2.1.3. Tâm lý người có bản chất xã hội và có tính lịch sử 11
1.2.2. Chức năng của tâm lý 12
1.2.3. Phân loại các hiện tượng tâm lý 13
1.3. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU TÂM LÝ HỌC 14
1.3.1. Các nguyên tắc phương pháp luận nghiên cứu Tâm lý 14
1.3.1.1. Nguyên tắc quyết định luận 15
1.3.1.2. Nguyên tắc thống nhất giữa tâm lý, ý thức, nhân cách với hoạt động (Nguyên tắc hoạt động) 15
1.3.1.3. Nguyên tắc phát triển 15
1.3.1.4. Nguyên tắc hệ thống cấu trúc 15
1.3.2. Các phương pháp nghiên cứu Tâm lý học 16
1.3.2.1. Phương pháp quan sát 16
1.3.2.2. Phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi 16
1.3.2.3. Phương pháp trò chuyện, phỏng vấn 16
1.3.2.4. Phương pháp trắc nghiệm (TEST) 17
1.3.2.5. Phương pháp nghiên cứu trường hợp 17
1.3.2.6. Phương pháp phân tích sản phẩm 17
1.3.2.7. Phương pháp thực nghiệm 17
1.4. Ý NGHĨA CỦA TÂM LÝ HỌC 18
PHẦN TÓM TẮT 19
Chương 2. HOẠT ĐỘNG - GIAO TIẾP 21
2.1. HOẠT ĐỘNG 21
2.1.1. Định nghĩa 21
2.1.2. Đặc điểm của hoạt động 22
2.1.3. Phân loại hoạt động 24
2.1.4. Cấu trúc của hoạt động 25
2.2. GIAO TIẾP 27
2.2.1. Định nghĩa 27
2.2.2. Chức năng của giao tiếp 28
2.2.3. Phân loại giao tiếp 30
2.2.4. Đặc điểm của giao tiếp 31
2.3. MỐI QUAN HỆ GIỮA HOẠT ĐỘNG VÀ GIAO TIẾP 33
2.4. VAI TRÒ CỦA HOẠT ĐỘNG VÀ GIAO TIẾP TRONG SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ NGƯỜI 33
PHẦN TÓM TẮT 34
Chương 3. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ, Ý THỨC 36
3.1. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ 36
3.1.1. Sự hình thành và phát triển tâm lý trên phương diện chủng loại 36
3.1.1.1. Sự xuất hiện phản ánh tâm lý trong giới sinh vật 36
3.1.1.2. Các thời kỳ phát triển tâm lý 36

3.1.2. Sự hình thành và phát triển tâm lý trên phương diện cá thể người 38
3.1.2.1. Khái niệm sự phát triển tâm lý trên phương diện cá thể 38
3.1.2.2. Các giai đoạn phát triển tâm lý theo lứa tuổi. 38
3.2. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN Ý THỨC 39
3.2.1. Khái niệm chung về ý thức 39
3.2.1.1. Định nghĩa 40
3.2.1.2. Đặc điểm của ý thức 40
3.2.1.3. Cấu trúc của ý thức 41
3.2.2. Các cấp độ ý thức 42
3.2.2.1. Ý thức 42
3.2.2.2. Tự ý thức 42
3.2.2.3. Ý thức nhóm, ý thức tập thể 43
3.2.3. Vô thức 43
3.2.3.1. Định nghĩa 43
3.2.3.2. Đặc điểm của vô thức 43
3.2.3.3. Một số biểu hiện của vô thức 44
3.2.4. Sự hình thành và phát triển ý thức 44
3.2.4.1. Sự hình thành ý thức con người về phương diện loài người 44
3.2.4.2. Sự hình thành ý thức của cá nhân 45
PHẦN TÓM TẮT 46
Chương 4. HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC 48
4.1. NHẬN THỨC CẢM TÍNH 48
4.1.1. Cảm giác 48
4.1.1.1 Định nghĩa 48
4.1.1.2. Đặc điểm 48
4.1.1.3. Vai trò của cảm giác 49
4.1.1.4. Phân loại cảm giác 50
4.1.1.5. Các quy luật cơ bản của cảm giác 52
4.1.2. Tri giác 54
4.1.2.1. Định nghĩa 54
4.1.2.2. Đặc điểm của tri giác 55
4.1.2.3. Vai trò 56
4.1.2.4. Phân loại 56
4.1.2.5. Các quy luật cơ bản của tri giác 59
4.1.2.6. Quan sát và năng lực quan sát 61
4.2. TRÍ NHỚ 62
4.2.1. Định nghĩa 62
4.2.2. Đặc điểm của trí nhớ 62
4.2.2.1. Đối tượng của trí nhớ rất đa dạng 62
4.2.2.2. Sản phẩm của trí nhớ là biểu tượng 62

4.2.3. Vai trò của trí nhớ 62
4.2.4. Những quá trình cơ bản của trí nhớ 63
4.2.4.1. Quá trình ghi nhớ 63
4.2.4.2. Sự tái hiện 63
4.2.4.3. Sự quên 64
4.2.5. Các loại trí nhớ 65
4.2.6. Trí nhớ và nhân cách 66
4.2.6.1 Mức độ của trí nhớ nói chung 66
4.2.6.2 Những khác biệt cá nhân về trí nhớ 66
4.3. NHẬN THỨC LÝ TÍNH 67
4.3.1. Tư duy 67
4.3.1.1 Định nghĩa 67
4.3.1.2 Đặc điểm 68
4.3.1.3 Vai trò 70
4.3.1.4 Các giai đoạn của tư duy 70
4.3.1.5 Các thao tác tư duy 71
4.3.1.6 Các loại tư duy 72
4.3.2. Tưởng tượng 74
4.3.2.1 Định nghĩa 74
4.3.2.2 Đặc điểm 74
4.3.2.3 Vai trò 76
4.3.2.4 Phân loại tưởng tượng 76
4.3.2.5 Các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng 77
4.4. CHÚ Ý 79
4.4.1. Định nghĩa về chú ý 79
4.4.2. Phân loại chú ý 80
PHẦN TÓM TẮT 82
Chương 5. ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM 85
5.1. XÚC CẢM, TÌNH CẢM LÀ GÌ? 85
5.1.1. Phân biệt xúc cảm và tình cảm 85
5.1.2. Sự biểu hiện của một xúc cảm, tình cảm 87
5.2. CÁC MỨC ĐỘ CỦA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM 88
5.2.1. Màu sắc xúc cảm của cảm giác 88
5.2.2. Xúc cảm 89
5.2.3. Tình cảm 89
5.3. ĐẶC ĐIỂM CỦA TÌNH CẢM 90
5.3.1. Tính nhận thức 90
5.3.2. Tính chân thật 91
5.3.3. Tính xã hội 91
5.3.4. Tính khái quát 91

5.3.5. Tính ổn định 91
5.3.6. Tính đối cực 91
5.4. CÁC QUY LUẬT CỦA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM 92
5.4.1. Quy luật thích ứng 92
5.4.2. Quy luật di chuyển 92
5.4.3. Quy luật lây lan 92
5.4.4. Quy luật cảm ứng 93
5.4.5. Quy luật pha trộn 93
5.4.6. Quy luật hình thành tình cảm 93
5.5. VAI TRÒ CỦA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM 93
5.6. MỐI QUAN HỆ GIỮA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM VÀ NHẬN THỨC 94
PHẦN TÓM TẮT 95
Chương 6. Ý CHÍ 97
6.1. Ý CHÍ 97
6.1.1. Định nghĩa 97
6.1.2. Vai trò của ý chí 99
6.1.3. Một số phẩm chất của ý chí 99
6.2. HÀNH ĐỘNG Ý CHÍ 101
6.2.1. Định nghĩa 101
6.2.3. Phân loại hành động ý chí 103
6.2.4. Các giai đoạn của hành động ý chí 103
6.2.5. Rèn luyện ý chí 105
6.3. HÀNH ĐỘNG TỰ ĐỘNG HÓA 106
6.3.1. Định nghĩa 106
6.3.2. Những quy luật hình thành kỹ xảo 106
6.3.3. Giá trị của những thói quen 108
PHẦN TÓM TẮT 109
Chương 7. NHÂN CÁCH 110
7.1. KHÁI NIỆM CHUNG VỀ NHÂN CÁCH 110
7.1.1. Các khái niệm: con người, cá nhân, cá tính, chủ thể 110
7.1.1.1. Con người 110
7.1.1.2. Cá nhân 110
7.1.1.3. Cá tính 110
7.1.1.4. Chủ thể 110
7.1.2. Định nghĩa nhân cách 111
7.1.3. Đặc điểm của nhân cách 112
7.1.3.1. Tính ổn định của nhân cách 112
7.1.3.2. Tính thống nhất của nhân cách 112
7.1.3.3. Tính tích cực của nhân cách 113
7.1.3.4. Tính giao lưu của nhân cách 113

7.2. MỘT SỐ LÝ THUYẾT VỀ NHÂN CÁCH 114
7.2.1. Lý thuyết types ngoại hình về nhân cách của E.Kretschmer (1888 - 1964), W.H. Sheldon (1898 - 1977) 114
7.2.2. Lý thuyết phân tâm về nhân cách với đại diện là S. Freud (1856 - 1939) 114
7.2.3. Lý thuyết đặc điểm nhân cách với các đại diện: G. Allport (1897 - 1967), R. Cattell (1905 - 1998), H. Eysenck (1916 - 1997) 115
7.2.4. Lý thuyết nhân văn về nhân cách với các đại diện như C. Rogers (1908 - 1970), A. Maslow (1902 - 1987) 116
7.2.5. Lý thuyết học tập xã hội về nhân cách của A. Bandura (1925) 116
7.3. CẤU TRÚC TÂM LÝ CỦA NHÂN CÁCH 117
7.4. NHỮNG THUỘC TÍNH ĐIỂN HÌNH CỦA NHÂN CÁCH 118
7.4.1. Xu hướng 118
7.4.1.1. Nhu cầu 119
7.4.1.2. Hứng thú 120
7.4.1.3. Lý tưởng 121
7.4.1.4. Thế giới quan, niềm tin 122
7.4.2. Tính cách 122
7.4.2.1. Định nghĩa 122
7.4.2.2. Đặc điểm của tính cách 122
7.4.2.3. Cấu trúc của tính cách 123
7.4.3. Khí chất 124
7.4.3.1. Định nghĩa 124
7.4.3.2. Cơ sở sinh lý của khí chất 124
7.4.3.3. Các kiểu khí chất điển hình 125
7.4.4. Năng lực 126
7.4.4.1. Định nghĩa 126
7.4.4.2. Các mức độ của năng lực 127
7.4.4.3. Phân loại năng lực 127
7.4.4.4. Mối quan hệ giữa năng lực với, tư chất, năng khiếu và tri thức, kỹ năng, kỹ xảo 127
7.5. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN NHÂN CÁCH 128
7.5.1. Yếu tố sinh học 129
7.5.2. Yếu tố môi trường 129
7.5.3. Giáo dục 130
7.5.4. Hoạt động và nhân cách 131
7.5.5. Giao tiếp và nhân cách 132
PHẦN TÓM TẮT **132**
TÀI LIỆU THAM KHẢO 135
Tài liệu tiếng Việt 135
Tài liệu Tiếng Anh 136

Chương 1. NHẬP MÔN TÂM LÝ HỌC

Thế giới tâm lý người từ lâu vốn là chủ đề thu hút sự quan tâm của nhiều người thuộc mọi tầng lớp, mọi trình độ nói chung và các nhà khoa học nói riêng. Những hiểu biết về tâm lý người không còn đơn thuần dừng lại ở các kinh nghiệm ứng xử trong dân gian, mà cùng với sự phát triển của xã hội, chúng được nghiên cứu và xây dựng thành một hệ thống tri thức mang tính khoa học - Tâm lý học. Những thành tựu của Tâm lý học ngày nay đóng góp rất lớn cho cuộc sống của con người trong mọi lĩnh vực, từ nhận thức đến hoạt động thực tiễn, đưa ngành khoa học này lên vị trí quan trọng trong hệ thống các ngành khoa học.

Để khẳng định được vị trí của mình, Tâm lý học trải qua một quá trình phát triển lâu dài trên con đường tìm ra đối tượng nghiên cứu, cách thức nghiên cứu cũng như xây dựng hệ thống lý luận của riêng nó. Những phần nội dung sau đây sẽ giúp người nghiên cứu có cái nhìn tổng quát về ngành khoa học này.

1.1. ĐỐI TƯỢNG, NHIỆM VỤ NGHIÊN CỨU CỦA TÂM LÝ HỌC

1.1.1. *Tâm lý, Tâm lý học là gì?*

1.1.1.1 Tâm lý là gì?

Ở phương Tây, vào thời cổ Hy Lạp, tâm lý được xem như là linh hồn hay tâm hồn; phương Đông thì nhìn nhận "Tâm" là tâm địa, tâm can, tâm khảm, tâm tư, "Lý" là lý luận về cái tâm, "Tâm lý" chính là lý luận về nội tâm của con người.

Ngày nay, trong đời sống, tâm lý được hiểu như tâm tư, tình cảm, sở thích, nhu cầu, cách ứng xử của con người. Từ "Tâm lý" được từ điển Tiếng Việt định nghĩa là "ý nghĩ, tình cảm... làm thành đời sống nội tâm, thế giới bên trong của con người". Các hiện tượng tâm lý con người rất đa dạng, bao gồm nhận thức, hiểu biết (cảm giác, tri giác, tư duy, tưởng tượng, trí nhớ); xúc cảm, tình cảm (yêu, ghét, sợ, xấu hổ, giận, vui sướng); ý chí (kiên trì, dũng cảm, quyết tâm) hoặc những thuộc tính nhân cách của con người (nhu cầu, hứng thú, năng lực tính cách, khí chất).

Hiểu một cách khoa học, tâm lý là toàn bộ những hiện tượng tinh thần nảy sinh trong não người, gắn liền và điều khiển toàn bộ hoạt động, hành vi của con người.

1.1.1.2 Tâm lý học là gì?

Thuật ngữ Tâm lý học xuất phát từ hai từ gốc La tinh là "Psyche" (linh hồn, tâm hồn) và "Logos" (khoa học). Vào khoảng thế kỷ XVI, hai tù này được đặt cùng nhau để xác định một vấn đề nghiên cứu, "Psychelogos" nghĩa là khoa học về tâm hồn. Đến đầu thế kỷ XVIII, thuật ngữ "Tâm lý học" (Psychology) được sử dụng phổ biến hơn và được hiểu như là khoa học chuyên nghiên cứu về hiện tượng tâm lý. Người nghiên cứu ngành khoa học này được gọi là nhà Tâm lý học.

1.1.2. *Vài nét về lịch sử hình thành và phát triển của Tâm lý học*

Khi đề cập đến lịch sử phát triển của ngành khoa học này, có thể chia ra ba giai

đoạn chính: (1) thời cổ đại; (2) từ thế kỷ thứ XIX trở về trước; (3) Tâm lý học chính thức trở thành một khoa học.

1.1.2.1. Tư tưởng Tâm lý học thời cổ đại

Từ xa xưa, con người đã luôn thắc mắc về những bí mật của thế giới tinh thần. Chính vì thế, những tìm hiểu về tâm lý người cũng xuất hiện từ rất lâu đời. Tuy nhiên, vào thời kỳ ấy, từ "tâm hồn", "linh hồn" được sử dụng và Tâm lý học chưa là một khoa học độc lập, nó xuất hiện và gắn liền với những tư tưởng của Triết học.

Khi đề cập đến tư tưởng Tâm lý học thời kỳ này, điều quan trọng trước nhất cần nhấn mạnh là tác phẩm "Bàn về tâm hồn" của nhà Triết học Aristotle. Tác phẩm này được xem như cuốn sách đầu tiên mang tính khoa học về tâm lý. Bởi lẽ trong đó, ông khẳng định vị trí của tâm lý học là rất quan trọng, cần phải xếp hàng đầu và tâm hồn thực ra chính là các chức năng của con người. Theo ông, con người có ba loại tâm hồn tương ứng với ba chức năng: dinh dưỡng, vận động và trí tuệ.

Ngoài ra, các nhà Triết học thời bấy giờ nghiên cứu về tâm hồn đã đặt những câu hỏi: Tâm hồn do cái gì sinh ra? Tâm hồn tồn tại ở đâu? Để trả lời những câu hỏi này, có hai quan điểm đối lập nhau về tâm hồn, đó là quan niệm duy tâm cổ và duy vật cổ.

Theo quan niệm duy tâm cổ, tâm hồn hay linh hồn là do Thượng đế sinh ra, nó tồn tại trong thể xác con người. Khi con người chết đi, tâm hồn sẽ quay trở về với một tâm hồn tối cao trong vũ trụ, sau đó sẽ đi vào thể xác khác. Đại điện cho quan niệm duy tâm cổ là nhà Triết học Socrate và Platon (428 - 348 TCN). Socrate với châm ngôn "Hãy tự biết mình" đã khơi ra một đối tượng mới cho Tâm lý học, đánh dấu một bước ngoặt trong suy nghĩ của con người: suy nghĩ về chính mình, khả năng tự ý thức, thế giới tâm hồn của con người, khác hẳn với các hiện tượng Toán học hay Thiên văn học thời đó.

Quan niệm duy vật cổ cố gắng tìm kiếm tâm hồn trong các dạng vật chất cụ thể như đất, nước, lửa, khí mà tiêu biểu là Democritus (460 - 370 TCN). Ông cho rằng tâm hồn là một dạng vật chất cụ thể, do các nguyên tử lửa sinh ra, đó là các hạt tròn nhẵn vận động theo tốc độ nhanh nhất trong cơ thể. Tính chất vận động của những nguyên tử lửa này sẽ quy định tính chất của tâm hồn. Hay trong Triết học phương Đông, khí huyết trong người được xem là nguồn gốc của mọi hiện tượng tinh thần. Tâm hồn như một dòng khí, khi các dòng khí này bị tắc nghẽn thì sẽ nảy sinh bệnh tật ở tâm hồn lẫn cơ thể.

Như vậy, vào thời cổ đại, những tư tưởng về tâm lý, về thế giới tâm hồn con người ra đời ngay trong lòng của Triết học.

1.1.2.2. Tâm lý học từ thế kỷ XIX trở về trước

Trước khi Tâm lý học được sinh ra như là một khoa học độc lập, có hai vấn đề cần quan tâm là thái độ và phương pháp. Khi nói về thái độ, người ta xem những bí mật của thế giới tinh thần con người phải được nghiên cứu một cách khách quan, như

bất kỳ phần nào khác của thế giới tự nhiên.

Nhà Triết học người Pháp, Descartes (1596 - 1650), người đi theo trường phái nhị nguyên, đã đặc biệt quan tâm đến mối quan hệ giữa tâm hồn và cơ thể. Ông cho rằng thể xác và tâm hồn tồn tại độc lập với nhau, chúng gắn kết và tương tác với nhau qua tuyến tùng - một bộ phận rất nhỏ nằm gần đáy não. Sở dĩ ông cho rằng tuyến tùng là cầu nối giữa thế giới tinh thần và cơ thể vì chỉ cấu trúc này không đối xứng, nghĩa là không có sự phân đôi thành bên phải hay trái như các phần khác của cơ thể. Theo Descartes, cơ thể chính là một phần của thế giới vật lý, nó chiếm một vị trí trong không gian và tuân theo các quy luật vật lý. Tinh thần và thế giới của những ý tưởng của nó thì là một cái gì đó hoàn toàn khác hẳn. Làm thế nào suy nghĩ "di chuyển cánh tay" gây ra ảnh hưởng vật lý? Tâm hồn (suy nghĩ, tình cảm, ý thức...) như một con người tí hon tồn tại bên trong con người thể xác vật lý. Theo ông, một ý nghĩ tác động đến cơ thể theo cơ chế phản xạ, như một vòi phun nước, có nước bơm vào thì có nước phun ra. Kim châm vào cơ thể kích thích tạo ra xung động thần kinh rồi chạy lên tuyến tùng từ đó chạy xuống tay và rụt tay lại. Ông đã đi tới học thuyết phản xạ và đặt nền tảng cho một khoa học mới - khoa Sinh lý thần kinh cấp cao của Pavlov.

Sang đầu thế kỷ XVIII, nhà Triết học Đức, Christian Wolff, đã chia nhân chủng học ra thành hai thứ khoa học là khoa học về cơ thể và khoa học về tâm hồn. Năm 1732, ông xuất bản tác phẩm "Tâm lý học kinh nghiệm" và năm 1734, ông cho ra đời cuốn "Tâm lý học lý trí". Từ đây, thuật ngữ "Tâm lý học" bắt đầu được dùng phổ biến.

Lametri (1709 - 1751), nhà Triết học người Pháp thì cho rằng không có định nghĩa chính xác về con người, nghiên cứu tâm hồn trong nội tại các cơ quan cơ thể mới có thể có hiệu quả.

Đó là những luận điểm của các nhà Triết học thể hiện quan điểm, thái độ của mình đối với các hiện tượng tâm lý người. Tuy nhiên, vấn đề kế đến đặt ra là phương pháp nghiên cứu các hiện tượng tâm lý này. Những nhà Sinh lý học bắt tay vào cuộc, họ quan tâm đến việc con người tiếp nhận và tổ chức các thông tin thu được từ các giác quan như thế nào. Để trả lời cho câu hỏi này, cách thức họ tiến hành mang tính khoa học hơn. Thay vì đơn thuần dựa trên những lập luận lý giải như Triết học, những nhà Sinh lý học đưa ra những dự đoán và tiến hành quan sát có hệ thống để xác định tính chính xác của những dự đoán ấy.

Từ đây, khoảng giữa thế kỷ thứ XIX, nhiều nhà Sinh lý học đã tiến hành những nghiên cứu quan trọng làm tiền đề cho sự ra đời của Tâm lý học như một khoa học độc lập. Chẳng hạn như, Hermann Von Helmholtz (1821 - 1894), người khởi xướng Tâm Sinh lý học giác quan đã nghiên cứu mối quan hệ giữa những kích thích vật lý, các quá trình xảy ra trong hệ thần kinh với các quá trình cảm giác và tri giác của con người (tri giác nhìn không gian, thị giác màu sắc, tri giác âm thanh); Tâm Vật lý học của Gustav Fechner (1801 - 1887) và Ernst Heinrich Weber (1795 - 1878) chú trọng vào mối tương quan giữa cường độ kích thích với hình ảnh tâm lý, Fechner chứng minh rằng các hiện tượng tâm lý như tri giác có thể được đo lường với sự chính xác cao;

Franciscus Cornelis Donders (1818 - 1889) nghiên cứu về thời gian phản ứng của cơ thể từ khi tiếp nhận kích thích để suy ra những điểm khác biệt trong các quá trình nhận thức của con người.

1.1.2.3. Tâm lý học trở thành một khoa học độc lập

Vào khoảng những năm 70 của thế kỷ XIX, các nhà Triết học và Sinh lý học khám phá các vấn đề của Tâm lý học một cách tích cực nhưng họ đi theo những quan điểm riêng của mình. Trong đó, một giáo sư người Đức, Wilhelm Wundt (1832 - 1920) đã đưa Tâm lý học thành một khoa học độc lập bằng việc thành lập phòng thí nghiệm chính thức đầu tiên nghiên cứu về Tâm lý lại trường Đại học Leipzig (Đức) năm 1879, một sự kiện đánh dấu Tâm lý học ra đời. Năm 1881, ông xuất bản tạp chí đầu tiên công bố những công trình nghiên cứu về tâm lý học. Do đó, ông được xem như cha đẻ của Tâm lý học ngày nay.

Khái niệm của Wundt trong Tâm lý học đã thống lĩnh suốt hơn hai thập kỷ. Với vốn kiến thức được đào tạo trong ngành Sinh lý học, ông tuyên bố Tâm lý học mới là một ngành khoa học thật sự sau Hóa học và Vật lý. Theo Wundt, đối tượng nghiên cứu của ngành khoa học mới này là ý thức, đó là nhận thức về những trải nghiệm túc thời của con người như tình cảm, ý nghĩ. Từ đây, Tâm lý học trở thành ngành khoa học nghiên cứu về ý thức và đòi hỏi phương pháp nghiên cứu khoa học như Hóa học hay Sinh lý học, phương pháp nội quan, nghĩa là khách thể tự quan sát một cách có hệ thống và cẩn thận những trải nghiệm ý thức của mình và ghi chép lại thành bảng mô tả.

Tuy nhiên, phương pháp này mang tính chủ quan rất cao cho dù khách thể nghiên cứu được huấn luyện tốt để ghi chép lại những trải nghiệm của bản thân, các kết quả thu được thường không thống nhất với nhau đối với một trải nghiệm ý thức. Vì vậy, Tâm lý học của Wundt có vẻ đi vào bế tắc và trước bầu không khí khoa học bừng phát, nhiều trường phái Tâm lý học hiện đại ra đời tìm kiếm đối tượng nghiên cứu và phương pháp nghiên cứu khoa học cũng như hệ thống lý luận cho riêng nó.

1.1.3. *Một vài quan điểm Tâm lý học hiện đại*

1.1.3.1. Tâm lý học hành vi

Chủ nghĩa hành vi do nhà Tâm lý học người Mỹ John B. Watson (1878 - 1958) sáng lập vào năm 1913, đặt trên nền tảng học thuyết phản xạ của Ivan Pavlov. Trường phái này cho rằng Tâm lý học chỉ nghiên cứu những hành vi có thể quan sát được một cách trực tiếp và các yếu tố quyết định từ môi trường, bác bỏ trạng thái ý thức. Hành vi là tổng số các phản ứng (Response) của cơ thể đáp ứng lại các kích thích (Stimulus) từ môi trường.

John B. Watson đã tuyên bố đanh thép có thể hiểu được hành vi con người thông qua việc nghiên cứu và thay đổi môi trường sống của con người. Nói cách khác, ông lạc quan tin tưởng rằng bằng cách điều khiển, kiểm soát môi trường sống của con người thì có thể hiểu, hình thành và điều khiển hành vi của họ theo mong đợi: “Hãy

đưa tôi một tá trẻ sơ sinh khỏe mạnh, cơ thể cân đối, và một thế giới riêng thực sự của riêng tôi để nuôi dưỡng chúng và tôi sẽ đảm bảo là sẽ lấy ngẫu nhiên bất kỳ đứa trẻ nào và huấn luyện, dạy dỗ nó để trở thành bất kỳ một chuyên gia nào mà tôi muốn như bác sĩ, luật sư, họa sĩ, nhà kinh doanh, và vâng, thậm chí một người ăn mày hay tên trộm, bất kể tài năng, sở thích, xu hướng, năng lực, nghề nghiệp và dòng dõi của tổ tiên đứa bé."(Watson 1924). Với phát biểu này, Tâm lý học hành vi được biết đến với công thức nổi tiếng về mối quan hệ tương ứng giữa hành vi và môi trường sống S □ R. Ông chứng minh thuyết của mình bằng một loạt những nghiên cứu thực nghiệm trên loài vật và cả trên con người (thực nghiệm trên cậu bé Albert). Về sau, B. F. Skinner đã đưa Tâm lý học hành vi trở nên nổi tiếng bằng cách bổ sung vào công thức trên các yếu tố trung gian (O) như nhu cầu, sở thích, hứng thú, kỹ xảo cùng tham gia điều khiển hành vi con người.

Chủ nghĩa hành vi đã bị phê phán là máy móc hóa con người, chỉ tìm hiểu những biểu hiện bên ngoài mà không nghiên cứu nội dung đích thực bên trong của tâm lý con người. Việc nhìn nhận mối liên hệ cứng nhắc giữa hành vi và môi trường đã đánh mất tính chủ thể trong tâm lý người. Tuy nhiên, trong bối cảnh Tâm lý học rơi vào khủng hoảng vì bế tắc về đối tượng và phương pháp nghiên cứu, bằng việc xác định đối tượng nghiên cứu là hành vi và sử dụng phương pháp thực nghiệm, Tâm lý học hành vi đã mở ra con đường khách quan cho Tâm lý học.

1.1.3.2. Tâm lý học Gestalt (Tâm lý học cấu trúc)

Tâm lý học Gestalt xuất hiện ở Đức vào những năm đầu thế kỷ XX gồm ba nhà Tâm lý học sáng lập là Max Wertheimer (1880 - 1943), Kurt Koffka (1886 - 1947), Wolfgang Kohler (1887 - 1964). Trường phái này nghiên cứu sâu vào hai lĩnh vực là tư duy và tri giác, cố gắng giải thích hiện tượng tri giác, tư duy dựa trên cấu trúc sinh học sẵn có trên não (duy tâm sinh lý). Khi một sự vật, hiện tượng nào đó tác động vào con người, do trong não có sẵn một cấu trúc tương tự với sự vật hiện tượng đó nên con người phản ánh được chúng. Như vậy bản chất của quá trình tư duy và tri giác của con người đều có tính chất cấu trúc, nghĩa là con người tư duy và tri giác theo một tổng thể chỉnh thể trọn vẹn của sự vật, hiện tượng chứ không phải là tổng từng thành tố bộ phận, riêng lẻ. Đây là quan điểm chủ đạo của Tâm lý học Gestalt. Tính tổng thể, chỉnh thể của Tâm lý học Gestalt rất quan trọng trong nghiên cứu tâm lý nói chung nhưng vì quá chú trọng đến kinh nghiệm của cá nhân, vai trò của việc học hỏi những kiến thức mới đã bị xem nhẹ.

Tư tưởng của Tâm lý học Gestalt đã hướng khoa học tâm lý xem xét các hiện tượng tâm lý như một tổng thể trọn vẹn cũng như đưa Tâm lý học đến đối tượng nghiên cứu là quá trình ý thức, nhận thức của con người hơn là những hành vi quan sát được bên ngoài. Ngoài ra, trường phái này đã đóng góp rất nhiều cho nền Tâm lý học trong việc xây dựng các quy luật về tư duy và tri giác nhu quy luật bừng hiểu - insight (là sự khám phá các mối quan hệ có tính chất đột nhiên dẫn tới một giải pháp giải quyết vấn đề nào đó), quy luật hình nền, quy luật bổ sung. Những quy luật này ngày

nay được vận dụng nhiều trong điện ảnh, hội họa. Hơn nữa, với phương pháp thực nghiệm trong nghiên cứu. Tâm lý học Gestalt đã thúc đẩy con đường khách quan cho Tâm lý học.

1.1.3.3. Phân tâm học

Người sáng lập Phân tâm học chính là Sigmund Freud (1856 - 1939), một bác sĩ tâm thần người Áo. Ông cho rằng các yếu tố thúc đẩy hành vi, suy nghĩ của con người phần lớn nằm trong phần sâu thẳm mà con người không nhận biết cũng như không kiểm soát được. Các yếu tố ấy được gọi là vô thức. Vô thức chính là những nhu cầu bản năng của con người (trong đó gồm những bản năng căn bản như bản năng tình dục, bản năng sống, bản năng chết mà bản năng tình dục hay còn gọi là "libido" được Freud nhấn mạnh và xem như thành tố căn bản trong cái vô thức của con người) không được thỏa mãn, bị dồn nén, được thể hiện thông qua giấc mơ, sự nói nhịu. Các bản năng luôn đòi hỏi được thỏa mãn nhưng nó bị ngăn chặn bởi chịu sự chế ước của các chuẩn mực xã hội, các điều cấm kỵ mà con người học được khi còn ấu thơ từ bố mẹ, thầy cô hay những người có uy quyền khác. Đời sống tâm lý con người, theo Freud, là những mâu thuẫn giữa ba khối: Id(cái ấy, xung lực bản năng), Ego (cái tôi), Superego (cái siêu tôi). Để tìm hiểu được về thế giới vô thức của con người cũng như lý giải cho những rối nhiễu tâm lý, động cơ, nhân cách, ông đề nghị các phương pháp như liên tưởng tự do, phân tích giấc mơ, chuyển di và chống chuyển di, diễn giải.

Với cách nhìn nhận sinh vật hóa con người, quan điểm của Freud đã khuấy lên làn sóng phản đối mạnh mẽ vào đầu thế kỷ XX. Tuy nhiên, Phân tâm học đương đại đã đóng góp rất nhiều không chỉ trong việc hiểu và chữa trị các rối loạn tâm lý mà còn giải thích những hiện tượng trong đời sống hàng ngày như định kiến, tính hung hăng, gây hấn, động cơ. Các lĩnh vực khác như y khoa, nghệ thuật, văn chương cũng chịu sự ảnh hưởng to lớn từ quan điểm của phân tâm học.

1.1.3.4. Tâm lý học nhân văn

Từ chối quan điểm tâm lý được quy định bởi những động lực sinh học, quá trình vô thức hay môi trường, Tâm lý học nhân văn cho rằng con người khác hẳn loài vật ở chỗ có hình ảnh về cái tôi. Mỗi cá nhân đều có khuynh hướng phát triển, khả năng tìm kiếm và đạt đến sự hài lòng, hạnh phúc trong cuộc sống. Giá trị, tiềm năng của con người rất được coi trọng. Đại diện cho trường phái này là Carl Rogers (1902 - 1987) và Abraham Maslow (1908 - 1970). Theo C.Roger, bản chất con người là tốt đẹp, con người có ý chí độc lập của bản thân và phấn đấu cho cái tôi trở thành hiện thực. A.Maslow thì chú ý tới động cơ thúc đẩy, đó là hệ thống các nhu cầu của con người, trong đó, nhu cầu tự tìm thấy hạnh phúc, tự hiện thực hóa tiềm năng của bản thân xếp thứ bậc cao nhất trong bậc thang năm nhu cầu (nhu cầu sinh lý, nhu cầu an toàn, nhu cầu yêu thương và thuộc về, nhu cầu tự khẳng định, nhu cầu tự hiện thực hóa tiềm năng bản thân). Trên cơ sở tôn trọng bản chất tốt đẹp của con người, C.Roger khuyến khích sự tích cực lắng nghe và chấp nhận vô điều kiện để tạo ra môi trường thuận lợi cho sự phát triển tự do cá nhân, giúp con người phát triển theo chiều hướng

tốt đẹp, giải quyết được nhiều những khó khăn tâm lý.

Trường phái này đưa ra một bức tranh hoàn toàn khác về tâm lý người so với Tâm lý học hành vi và Phân tâm học. Tuy nhiên, dù nhấn mạnh vào khía cạnh độc đáo tốt đẹp của thế giới nội tâm con người, Tâm lý học nhân văn có một hạn chế là không giải thích được nguồn gốc của bản chất tốt đẹp này.

1.1.3.5. Tâm lý học nhận thức

Đại điện cho trường phái Tâm lý học nhận thức là nhà Tâm lý học người Thụy Sĩ Jean Piaget (1896 - 1980). Phát triển từ chủ nghĩa cấu trúc và một phần phản ứng lại chủ nghĩa hành vi, Tâm lý học nhận thức nghiên cứu về mối quan hệ giữa tâm lý với sinh lý, cơ thể và môi trường thông qua các hoạt động của trí nhớ, tư duy, ngôn ngữ, tri giác. Trường phái này nhấn mạnh tìm hiểu cách thức con người suy nghĩ, hiểu và biết về thế giới bên ngoài cũng như ảnh hưởng của cách con người nhìn nhận về thế giới khách quan đến hành vi, nghĩa là để hiểu được tâm lý con người, giải thích được hành vi của con người thì cần tìm hiểu cách thức con người tiếp nhận, gìn giữ và xử lý thông tin. Tâm lý học nhận thức đã xây dựng được những lý thuyết về quá trình nhận thức của con người. Tuy nhiên, vẫn còn nhìn nhận vai trò chủ thể một cách bị động.

1.1.3.6. Tâm lý học thần kinh

Trường phái này xem xét tâm lý con người từ góc độ chức năng sinh lý. Con người, thực chất là một loài động vật cấp cao và chịu sự chi phối của các quy luật tự nhiên. Các nhà Tâm lý học đi theo quan điểm thần kinh học quan tâm nghiên cứu mối quan hệ giữa các yếu tố di truyền, sinh học và hành vi con người. Chẳng hạn như, cách thức các tế bào thần kinh liên kết với nhau, sự ảnh hưởng của não và hệ thần kinh đến hành vi, sự liên hệ giữa các cảm xúc của con người như: niềm hy vọng, nỗi sợ hãi, sự tức giận với các chức năng cơ thể... Bởi lẽ, mỗi biểu hiện tâm lý của con người đều được chia nhỏ ra thành những khía cạnh khác nhau để tìm hiểu yếu tố sinh học của nó, quan điểm này có một sức hút khá lớn. Những nhà Tâm lý học tán thành quan điểm này đã đóng góp chính yếu trong việc hiểu và cải thiện cuộc sống con người, từ việc chữa trị một vài dạng khiếm thính nào đó cho đến việc tìm ra thuốc chữa các rối loạn tâm thần nghiêm trọng.

1.1.3.7. Tâm lý học Marxist (Tâm lý học hoạt động)

Trong bối cảnh các quan điểm khác nhau về Tâm lý học cùng tồn tại nhưng lại có những bất đồng, thậm chí là đối nghịch nhau, tâm lý người về mặt bản chất vẫn chưa có được lời giải đáp thỏa đáng. Tâm lý được hình thành như thế nào, cơ chế vận hành của nó ra sao, thể hiện và tương tác với cuộc sống thực của con người bằng con đường nào? Sau nhiều năm thai nghén, nghiên cứu và xây dựng, nền Tâm lý học hoạt động do các nhà Tâm lý học Xô Viết như L.X.Vygotsky (1896 - 1934), X.L.Rubinstein (1902 - 1960), A.N.Leontiev (1903 - 1979), lấy tư tưởng triết học Marxist làm tư tưởng chủ đạo và xây dựng hệ thống phương pháp luận đã ra đời. Sự ra đời của Tâm lý học hoạt động đã đánh dấu mốc lịch sử to lớn trong việc làm sáng tỏ bản chất hiện tượng tâm lý người dưới góc độ hoạt động, đưa tâm lý người thoát khỏi vòng khép kín

con người sinh học - môi trường.

Quan điểm xuất phát của Tâm lý học hoạt động gồm ba cơ sở chính:

- Luận điểm về bản chất con người: con người không chỉ là một tồn tại tự nhiên mà còn là một tồn tại xã hội tồn tại lịch sử, như Marx từng nói: "Trong tính hiện thực của nó, bản chất con người là tổng hòa các mối quan hệ xã hội".
- Tư tưởng về hoạt động của con người: thế giới khách quan chứa đựng hoạt động của con người và các sản phẩm do hoạt động ấy tạo ra, nói khác đi, tâm lý con người được hình thành và thể hiện trong hoạt động.
- Luận đề về ý thức: ý thức là sản phẩm cao nhất của hoạt động con người, được tạo nên bởi những mối quan hệ giữa con người với thế giới xung quanh bởi cuộc sống thực của con người.

Với luận điểm lịch sử, xã hội về con người, phân tích rõ cơ chế của hoạt động và bản chất của ý thức. Tâm lý học hoạt động thật sự đã mở ra thời đại mới cho ngành Tâm lý học, đưa Tâm lý học trở về đúng vị trí vai trò của nó, ngành Tâm lý học khách quan gắn liền và phục vụ cho đời sống thực của con người.

1.1.4. *Đối tượng, nhiệm vụ nghiên cứu của Tâm lý học*

1.1.4.1. Đối tượng nghiên cứu của Tâm lý học

Đối tượng nghiên cứu của Tâm lý học là các hiện tượng tâm lý, sự hình thành và vận hành của các hiện tượng tâm lý (hoạt động tâm lý).

1.1.4.2. Nhiệm vụ nghiên cứu của Tâm lý học:

Có thể khái quát về các nhiệm vụ nghiên cứu của Tâm lý học như sau:

- ➢ Nghiên cứu các hiện tượng tâm lý.
- ➢ Phát hiện các quy luật tâm lý.
- ➢ Tìm ra cơ chế hình thành tâm lý.
- ➢ Lý giải, dự báo hành vi, thái độ của con người.
- ➢ Đưa ra các giải pháp phát huy nhân tố con người hiệu quả nhất, ứng dụng trong các lĩnh vực hoạt động và nâng cao chất lượng cuộc sống.

1.2. BẢN CHẤT, CHỨC NĂNG VÀ PHÂN LOẠI CÁC HIỆN TƯỢNG TÂM LÝ

1.2.1. *Bản chất các hiện tượng tâm lý theo quan điểm duy vật biện chứng và duy vật lịch sử*

Theo quan điểm duy vật biện chứng và duy vật lịch sử, tâm lý người có nguồn gốc từ hiện thực khách quan, cơ chế sinh lý là chức năng của não và có bản chất xã hội lịch sử. Tâm lý người được hiểu là sự phản ánh thế giới khách quan vào não, sự phản ánh này mang tính chủ thể và có bản chất xã hội lịch sử.

1.2.1.1. Tâm lý người là sự phản ánh hiện thực khách quan

Mọi sự vật hiện tượng trong thế giới khách quan đều có bản chất phản ánh ở các dạng khác nhau như phản ánh vật lý (quyển sách để lại hình ảnh phản chiếu trong

tấm gương), hóa học (Natri kết hợp với Clo tạo ra muối), cơ học (bước đi để lại vết chân trên cát), sinh lý (thức ăn nghiền nát thành chất dinh dưỡng được hấp thụ để nuôi cơ thể), xã hội (nghị định chuẩn bị được ban hành thường có sự góp ý của Đại biểu Quốc hội hoặc người dân). Qua đó, có thể thấy trong bất kỳ phản ánh nào đều có hai hệ thống, một hệ thống tác động và một hệ thống chịu sự tác động và cho ra một sự vật, hiện tượng nào đó. Nói khác đi, phản ánh có thể hiểu là sự tác động qua lại giữa hai hay nhiều hệ thống vật chất mà kết quả để lại dấu vết ở cả hệ thống tác động lẫn hệ thống chịu sự tác động. Tâm lý cũng là một dạng phản ánh nhưng rất đặc biệt vì nó là trung gian giữa phản ánh sinh lý và phản ánh xã hội.

Phản ánh tâm lý là sự tác động qua lại giữa thế giới khách quan và não người, đây là cơ quan vật chất có cấu trúc phức tạp nhất trong sinh giới. Kết quả của sự tác động này là để lại một dấu vết trên não, mang nội dung tinh thần, đó chính là hình ảnh tâm lý. Như vậy, thực chất tâm lý chính là hình ảnh về thế giới khách quan. Nói cách khác, thế giới khách quan chính là nguồn gốc nội dung của tâm lý người. Tuy nhiên, hình ảnh này không khô cứng như hình ảnh phản chiếu trong gương hay thu được từ máy chụp hình và nó có những đặc điểm riêng biệt.

* *Đặc điểm của phản ánh tâm lý*

- Tính trung thực: Hình ảnh tâm lý phản ánh trung thực những thuộc tính của thế giới khách quan như màu sắc, hình dạng, âm thanh, mùi, vị, quy luật... trừ những trường hợp con người có bệnh về thần kinh hay các cơ quan nhận thức có vấn đề khiến sự phản ánh bị sai lệch, bóp méo. Nhờ có sự phản ánh trung thực này mà con người có thể hiểu đúng về thế giới khách quan để từ đó có những tác động thay đổi cải tạo một cách hợp lý nhằm phục vụ cho lợi ích của con người.

- Tính tích cực: Phản ánh tâm lý mang tính tích cực được thể hiện ở chỗ con người không ngừng tác động vào thế giới khách quan để cải tạo thay đổi nó cho phù hợp với mục đích của mình. Ngoài ra, trong quá trình phản ánh thế giới khách quan, con người cố gắng vận dụng, sử dụng thêm rất nhiều kinh nghiệm, nỗ lực cá nhân để phản ánh.

- Tính sáng tạo: Hình ảnh về thế giới khách quan được phản ánh mang cái mới, sáng tạo tùy thuộc vào kinh nghiệm và mức độ tích cực của chủ thể.

* *Tính chủ thể của tâm lý*

Trong phản ánh thế giới khách quan, thế giới khách quan tác động vào một chủ thể nhất định và nó được khúc xạ qua lăng kính của chủ thể tạo nên những hình ảnh tâm lý mang màu sắc chủ thể riêng biệt, không hoàn toàn trùng khớp với hiện thực. Tính chủ thể thể hiện như sau:

- Cùng một hiện thực khách quan tác động vào nhiều chủ thể khác nhau sẽ cho ra những hình ảnh tâm lý khác nhau ở từng chủ thể.

- Cùng một hiện thực khách quan tác động vào một chủ thể trong những thời

điểm khác nhau, hoàn cảnh khác nhau, điều kiện khác nhau, trạng thái khác nhau sẽ cho ra những hình ảnh tâm lý mang sắc thái khác nhau.

- Chủ thể là người đầu tiên trải nghiệm những hiện tượng tâm lý, từ đó có thái độ, hành động tương ứng khác nhau đối với hiện thực.

Nguyên nhân dẫn đến tính chủ thể này trước hết là do sự khác biệt về đặc điểm cấu tạo hệ thần kinh, cơ quan cảm giác vì con người khi sinh ra chỉ bình đẳng về mặt sinh học trên phương diện loài chứ không bình đẳng trên phương diện cá thể. Ngoài ra, khi phản ánh thế giới khách quan, con người vận dụng tất cả tri thức, kinh nghiệm sống, nhu cầu sở thích của mình để tạo nên hình ảnh tâm lý, mà tất cả những yếu tố này khác nhau ở mỗi người. Một lý do khác, mỗi con người có môi trường sống khác nhau, cho dù cùng sống chung một mái nhà, học cùng một lớp nhưng mức độ tham gia hoạt động giao tiếp khác nhau thì cũng dẫn đến những khác biệt trong phản ánh tâm lý.

Như vậy, tâm lý người là hình ảnh chủ quan về thế giới khách quan, hình ảnh chủ quan này vừa mang tính trung thực, vừa mang tính tích cực và sáng tạo, sinh động. Từ đó, muốn nghiên cứu tâm lý người thì cần tìm hiểu môi trường sống của người đó cũng như phải tác động thay đổi môi trường sống nếu như muốn hình thành hoặc thay đổi một nét tâm lý nào đó ở con người. Bên cạnh đó, phản ánh tâm lý có tính chủ thể nên trong ứng xử giao tiếp cần tôn trọng cái riêng của mỗi người, nhìn thấy tính chủ thể của mỗi người trong đánh giá, tránh sự áp đặt cũng như quá đề cao vai trò cá nhân.

1.2.1.2. Tâm lý người là chức năng của bộ não

Theo quan điểm duy vật biện chứng, vật chất có trước, tâm lý có sau và không phải mọi vật chất đều sinh ra tâm lý, chỉ khi vật chất phát triển đến một trình độ nhất định mới sinh ra tâm lý. Tâm lý con người không phải là bộ não mà là chức năng của bộ não.

Não người là cơ quan có tổ chức cao nhất, nó là cơ sở vật chất đặc biệt, là trung tâm điều hòa các hoạt động sống cơ thể. Xét về mặt sinh lý, một hình ảnh tâm lý là một phản xạ có điều kiện, diễn ra qua ba khâu:

- Khâu tiếp nhận: Những kích thích từ thế giới bên ngoài tác động vào các giác quan của cơ thể (mắt, tai, mũi, miệng, da) tạo nên hưng phấn theo dây thần kinh hướng tâm dẫn truyền lên não.

- Khâu xử lý thông tin diễn ra trong não bộ: Khi bộ não tiếp nhận kích thích, ở đây sẽ diễn ra quá trình xử lý thông tin tạo nên những hình ảnh tâm lý.

- Khâu trả lời: Sau khi tạo nên những hình ảnh tâm lý, từ trung ương thần kinh các hưng phấn sẽ theo dây thần kinh ly tâm dẫn truyền đến các bộ phận của cơ thể để có phản ứng đáp trả.

Với tư cách là trung tâm điều khiển hoạt động của con người, cấu trúc của não gồm ba phần: (1) Não trước là phần lớn nhất và phức tạp nhất của não, bao gồm đồi thị, dưới đồi, hệ viền và vỏ não; (2) Não giữa là một phần nhỏ của thân não nằm giữa

não trước và não sau, chức năng chủ yếu là xử lý các quá trình cảm giác; (3) Não sau bao gồm tiểu não và hai cấu trúc nằm dưới thân não là hành tủy và cầu não, có vai trò quan trọng trong điều khiển những cử động của các cơ. Trong đó, vùng vỏ não được xem là trung tâm của những hoạt động tâm lý cấp cao như tư duy, tưởng tượng, ngôn ngữ được phân thành bốn vùng chính tương ứng với bốn chức năng khác nhau: (1) Vùng trán: vùng định hướng không gian và thời gian; (2) Vùng đỉnh: vùng vận động; (3) Vùng thái dương: vùng thính giác; (4) Vùng chẩm: vùng thị giác. Ngoài ra não người còn có những vùng chuyên biệt như vùng nói Broca, vùng viết, vùng nghe hiểu tiếng nói Wernicke, vùng nhìn hiểu chữ viết Dejerine.

Sự phân vùng chức năng chỉ mang tính chất tương đối vì trên thực tế mỗi một hiện tượng tâm lý diễn ra cần sự phối hợp của nhiều vùng khác nhau trên vỏ não, tạo thành một hệ thống chức năng. Mỗi vùng có thể tham gia thực hiện nhiều hiện tượng tâm lý khác nhau. Như vậy, trên não có rất nhiều hệ thống chức năng để thực hiện những hiện tượng tâm lý đa dạng và phong phú, những hệ thống chức năng này cũng rất cơ động và linh hoạt vì các hiện tượng phong phú phức tạp. Ngoài ra, sự hình thành và thể hiện những hiện tượng tâm lý còn chịu sự quy định, chi phối của những quy luật hoạt động thần kinh cấp cao (quy luật cảm ứng, quy luật lan tỏa và tập trung, quy luật hoạt động theo hệ thống).

Tóm lại, não hoạt động theo hệ thống chức năng và tâm lý chỉ nảy sinh khi có sự hoạt động của não hay nói khác đi, chính tâm lý là chức năng của bộ não.

1.2.1.3. Tâm lý người có bản chất xã hội và có tính lịch sử

Tâm lý người là sự tác động qua lại giữa não và thế giới khách quan, tuy nhiên, nếu có não hoạt động bình thường và có thế giới khách quan thì đã đủ để có tâm lý người hay chưa? Trên thực tế, lịch sử có ghi chép lại những trường hợp các đứa trẻ "hoang dã" được tìm thấy trong rừng, có cấu tạo thể chất hoàn toàn bình thường, cùng sống trong thế giới khách quan nhưng những biểu hiện hoàn toàn không phải là tâm lý người như không nói được, không giao tiếp được với người khác, di chuyển bằng hai tay hai chân, dùng miệng ăn hoặc uống trực tiếp. Điều này nói lên sự tách biệt khỏi thế giới con người là sự thiếu hụt nghiêm trọng khiến cho tâm lý người khó hình thành được ở những đứa trẻ tưởng như sẽ có sự phát triển bình thường.

Như vậy, sự hoạt động bình thường của não bộ, thế giới khách quan bên ngoài chỉ là tiền đề ban đầu cho hình thành và phát triển tâm lý người. Thế giới khách quan gồm có phần tự nhiên và phần xã hội. Điều kiện đủ là phần xã hội này, đó chính là các mối quan hệ xã hội, ông bà, cha mẹ, thầy cô, bạn bè, đồng nghiệp, những chuẩn mực đạo đức quan hệ kinh tế, nền văn hóa, chính trị... Phần xã hội này do con người tạo nên, sống trong đó và nó tác động ngược trở lại con người. Tất cả các yếu tố xã hội đó cần có để phản ánh vào não và từ đó hình thành được tâm lý người đúng nghĩa. Tâm lý người có nguồn gốc từ thế giới khách quan, nhưng chính nguồn gốc xã hội là cái quyết định nên tâm lý người.

Con người sống trong môi trường xã hội mà trong đó chứa đựng toàn bộ những sản phẩm vật chất và tinh thần được đúc kết và gìn giữ từ thế hệ này sang thế hệ khác. Những yếu tố đó được gọi là nền văn hóa xã hội hay kinh nghiệm xã hội lịch sử. Với bản chất phản ánh, chính nó tạo nên chất liệu, nội dung cho tâm lý người. Tâm lý người phản ánh chính nền văn hóa xã hội, mà người đó sống. Nền văn hóa xã hội càng đa dạng thì tâm lý con người sẽ càng phong phú khi được vận hành trong đó. Một hứng thú, nhu cầu mới sẽ không thể nảy sinh nếu như không xuất hiện những hiện tượng, sự kiện hay sản phẩm mới.

Nền văn hóa xã hội ấy được phản ánh vào não người thông qua con đường nào? Hay nói khác đi, tâm lý người được hình thành và phát triển bằng cách nào? Theo quan điểm Tâm lý học hoạt động, tâm lý người chỉ được hình thành thông qua con đường xã hội, còn gọi là cơ chế xã hội. Một sự phát triển diễn ra theo hai con đường, con đường di truyền và con đường xã hội. Ở loài vật, con đường di truyền là chủ yếu; còn ở con người, con đường xã hội là chủ yếu, cụ thể là thông qua giáo dục, hoạt động và giao tiếp. Chính qua sự dạy dỗ của cha mẹ, thầy cô, người lớn và bằng hoạt động và giao tiếp của chính bản thân, con người lĩnh hội, chiếm lĩnh những cái chung của nền văn hóa xã hội để biến nó thành cái riêng của chính mình, từ đó sáng tạo thêm những cái mới góp phần làm nền văn hóa xã hội phong phú và đa dạng hơn nữa.

Bên cạnh đó, một điều có thể thấy rõ là xã hội không phải bất biến. Xã hội trải qua những thời đại khác nhau sẽ có những biến thiên nhất định và mỗi xã hội sẽ được đặc trưng bởi một nền văn hóa, kinh tế đạo đức, chính trị khác nhau. Chính vì vậy nên tâm lý con người ở mỗi một thời đại, một xã hội khác nhau sẽ mang dấu ấn của thời đại và xã hội đó. Điều này tạo nên sự khác biệt tâm lý giữa các thế hệ. Trên bình diện cá nhân cũng thế, mỗi con người theo thời gian có những biến cố, sự kiện xảy ra trong cuộc đời khiến cho tâm lý người cũng thay đổi theo sự phát triển, vận động của lịch sử cá nhân người ấy.

Từ bản chất xã hội lịch sử của tâm lý người, có thể thấy để tìm hiểu rõ tâm lý con người, đánh giá đúng đắn bản chất các hiện tượng tâm lý thì cần phải nghiên cứu không chỉ môi trường sống của người đó mà còn phải tập trung cụ thể vào hoàn cảnh, điều kiện gia đình, các sự kiện, biến cố quan trọng xảy ra trong cuộc đời của họ. Đồng thời, thông qua hiểu biết về lịch sử, kinh tế, văn hóa xã hội, có thể phán đoán, mô tả nét tâm lý chung của con người trong thời đại đó, trong bối cảnh xã hội lịch sử đó. Ngoài ra, tâm lý người được hình thành thông qua hoạt động và giao tiếp nên cần tổ chức các hoạt động đa dạng, mở rộng các mối quan hệ xã hội để tăng cường mức độ lĩnh hội cũng như hình thành những hiện tượng tâm lý cần thiết.

1.2.2. *Chức năng của tâm lý*

Các hiện tượng tâm lý nhìn chung điều khiển toàn bộ hoạt động, hành vi con người. Cụ thể hơn, tâm lý có chức năng cơ bản sau đây:

Tâm lý định hướng cho con người trong cuộc sống. Nó tham gia vào từ những việc tưởng chừng như rất nhỏ nhặt, chẳng hạn như mắt nhìn thấy sự vật giúp định

hướng cho bước đi của ta đến việc nhận thức được một niềm tin nào đấy sẽ hướng con người hoạt động để bảo vệ niềm tin của mình. Ở đây chức năng định hướng của tâm lý đang đề cập đến vai trò của mục đích, động cơ trong hành động, hoạt động của con người. Tùy vào mục đích, động cơ khác nhau, tâm lý sẽ thôi thúc con người hướng hoạt động của mình để đạt được mục đích ấy, chiếm lĩnh đối tượng cũng như kìm hãm những hành động, hoạt động không cần thiết trong quá trình hoạt động.

Tâm lý có thể điều khiển, kiểm tra con người bằng việc đối chiếu hiện thực với những hình ảnh dự tính trong đầu hoặc với kế hoạch lập ra từ trước giúp cho hoạt động có hiệu quả hơn. Nhờ chức năng này hoạt động của con người khác hẳn con vật về chất, nó được diễn ra một cách có ý thức.

Một chức năng khác của tâm lý là giúp con người điều chỉnh hoạt động của mình cho phù hợp với những mục tiêu ban đầu được xác định cũng như phù hợp với những hoàn cảnh thực tế.

Với những chức năng như trên, tâm lý trở nên rất quan trọng, nó giữ vai trò cơ bản và quyết định hoạt động con người.

1.2.3. *Phân loại các hiện tượng tâm lý*

Căn cứ vào thời gian tồn tại và vị trí tương đối của chúng trong nhân cách, các hiện tượng tâm lý được phân thành ba loại (1) Quá trình tâm lý. (2) Trạng thái tâm lý và (3) Thuộc tính tâm lý.

* Quá trình tâm lý:

Quá trình tâm lý là những hiện tượng tâm lý có mở đầu và kết thúc rõ ràng, thời gian tồn tại tương đối ngắn. Loại hiện tượng tâm lý này có tính diễn biến rõ ràng và xuất hiện sớm trong đời sống cá thể, gồm quá trình cảm xúc (vui, buồn, sung sướng quá trình nhận thức (nhìn, nghe, sờ, nhớ) và quá trình ý chí (đấu tranh động cơ).

* Trạng thái tâm lý:

Trạng thái tâm lý là những hiện tượng tâm lý không tồn tại một cách độc lập mà luôn đi kèm theo các hiện tượng tâm lý khác, làm nền cho các hiện tượng tâm lý ấy. Đặc điểm của trạng thái tâm lý là nó không có đối tượng riêng mà đối tượng của nó chính là đối tượng của hiện tượng tâm lý khác đi kèm, thời gian tồn tại lâu hơn và tính ổn định cao hơn quá trình tâm lý, có cường độ trung bình hoặc yếu. Chẳng hạn như, chú ý, tâm trạng ủ rũ, trạng thái dâng trào cảm hứng, do dự khi đưa ra một quyết định nào đó.

* Thuộc tính tâm lý

Thuộc tính tâm lý là những hiện tượng tâm lý mang tính chất ổn định và bền vững cao, thời gian tồn tại rất lâu, được hình thành trong cuộc sống do sự lặp đi lặp lại nhiều lần và trở thành đặc trưng riêng của cá nhân ấy. Thuộc tính tâm lý có thể là

những phẩm chất của trí tuệ như tình nhạy cảm, quan sát tinh tế, óc phán đoán, hoặc của tình cảm như giàu cảm xúc, hay của ý chí nhu kiên trì, tự chủ và cũng có thể là những thuộc tính phức hợp của nhân cách, bao gồm xu hướng, năng lực, khí chất, tính cách.

Quá trình tâm lý, trạng thái tâm lý và thuộc tính tâm lý có mối quan hệ qua lại với nhau. Một thuộc tính tâm lý có thể được thể hiện cụ thể ở các quá trình tâm lý hay trạng thái tâm lý. Người có lòng yêu thương loài vật sẽ tức giận trước hành vi hành hạ con vật của người khác, người giàu cảm xúc sẽ rơi vào trạng thái lâng lâng, ngất ngây chỉ với một cử chỉ quan tâm rất nhỏ từ người khác. Ngược lại, quá trình tâm lý hay trạng thái tâm lý với những điều kiện thuận lợi được diễn ra thường xuyên có thể trở thành thuộc tính tâm lý. Chẳng hạn, ý nghĩ tích cực trước mọi biến cố trong cuộc sống sẽ khiến con người hình thành tính lạc quan.

Căn cứ vào sự tham gia của ý thức, hiện tượng tâm lý được phân thành (1) Hiện tượng tâm lý có ý thức và (2) Hiện tượng tâm lý không có ý thức

* Hiện tượng tâm lý có ý thức:

Hiện tượng tâm lý có ý thức là hiện tượng tâm lý được chủ thể nhận biết đang diễn ra, có sự bày tỏ thái độ và có thể điều khiển, điều chỉnh được chúng.

* Hiện tượng tâm lý chưa có ý thức:

Hiện tượng tâm lý chưa có ý thức là những hiện tượng tâm lý không được chủ thể nhận biết đang diễn ra. Vì vậy, không thể bày tỏ thái độ hay điều khiển, điều chỉnh được chúng.

Các cách phân chia khác:

* Hiện tượng tâm lý sống động và hiện tượng tâm lý tiềm tàng.

* Hiện tượng tâm lý cá nhân và hiện tượng tâm lý xã hội.

Các hiện tượng tâm lý con người rất đa dạng và phong phú, phức tạp khó có thể tách bạch một cách hoàn toàn mà luôn đan xen vào nhau. Chúng được thể hiện ở nhiều mức độ khác nhau, có thể chuyển hóa, bổ sung cho nhau. Vì vậy, sự phân chia các hiện tượng tâm lý trên đây chỉ mang tính chất tương đối.

1.3. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU TÂM LÝ HỌC

1.3.1. *Các nguyên tắc phương pháp luận nghiên cứu Tâm lý*

Đây là những luận điểm cơ bản của khoa học tâm lý định hướng cho toàn bộ quá trình nghiên cứu tâm lý người, bao gồm bốn nguyên tắc căn bản sau:

1) Nguyên tắc quyết định luận
2) Nguyên tắc thống nhất giữa ý thức và hoạt động
3) Nguyên tắc phát triển

4) Nguyên tắc hệ thống cấu trúc.

1.3.1.1. Nguyên tắc quyết định luận

Bất kỳ một sự biểu hiện tâm lý nào của con người cũng có nguyên nhân tạo ra nó, có cái quyết định nó. Nguyên nhân hay cái quyết định tâm lý người có thể hoặc từ chính chủ thể ấy hoặc từ môi trường bên ngoài. Đây là nguyên tắc thể hiện rõ nhất quan điểm duy vật biện chứng về bản chất của hiện tượng tâm lý người. Tâm lý người mặc dù có tiền đề vật chất từ não nhưng không đồng nghĩa bộ não quyết định toàn bộ nội dung, tính chất các biểu hiện tâm lý người. Tâm lý người có nguồn gốc từ hiện thực khách quan và chính kinh nghiệm lịch sử xã hội là chất liệu tạo nên nội dung của tâm lý người. Thế nhưng cái quyết định sự hình thành và biểu hiện tâm lý người chính là hoạt động của chủ thể đó.

Con người không chỉ là một thực thể tự nhiên mà còn là thực thể xã hội, văn hóa, do đó sự phát triển của các hiện tượng tâm lý được quy định bởi các quy luật xã hội và quyết định thông qua chủ quan mỗi người.

Nguyên tắc này đòi hỏi khi nghiên cứu tâm lý cần phải tìm được nguyên nhân và kết quả của những biểu hiện tâm lý người, từ đó đề ra những biện pháp hữu hiệu để tác động, phát triển tâm lý người.

1.3.1.2. Nguyên tắc thống nhất giữa tâm lý, ý thức, nhân cách với hoạt động (Nguyên tắc hoạt động)

Tâm lý, ý thức và những phẩm chất nhân cách con người chỉ có thể hình thành và phát triển thông qua hoạt động (vui chơi, học tập, lao động, giao tiếp), đồng thời một khi đã hình thành và phát triển thì nó tác động ngược trở lại hoạt động. Tâm lý người chính là sản phẩm, là kết quả của hoạt động của con người trong đời sống xã hội. Do vậy, tìm hiểu tâm lý người, giải thích đúng bản chất của nó chỉ có thể đạt được khi đặt trong hoạt động để nghiên cứu.

1.3.1.3. Nguyên tắc phát triển

Tâm lý con người nảy sinh, vận động và phát triển theo chiều dài phát triển của xã hội cũng như của lịch sử cá nhân người đó. Khi nghiên cứu tâm ý người phải nhìn nhận chúng trong sự vận động phát triển. Sự phát triển tâm lý, ý thức, nhân cách phụ thuộc vào nội dung tính chất của các hoạt động mà con người tham gia vào.

1.3.1.4. Nguyên tắc hệ thống cấu trúc

Các hiện tượng tâm lý không tồn tại một cách độc lập riêng rẽ mà chúng có quan hệ chặt chẽ với nhau và với các hiện tượng tự nhiên, xã hội khác. Khi một yếu tố thay đổi dù bên trong hay bên ngoài đều dẫn tới sự thay đổi của một biểu hiện tâm lý khác. Vì vậy, khi nghiên cứu tâm lý phải đặt chúng trong một hệ thống các hiện tượng tâm lý khác, trong toàn bộ nhân cách của con người, trong toàn bộ bối cảnh hệ thống xã hội mà con người đang tồn tại. Khi ấy người nghiên cứu mới nhận thấy được sự tương tác, nguyên nhân, kết quả của các biểu hiện tâm lý khác nhau.

1.3.2. *Các phương pháp nghiên cứu Tâm lý học*

Nghiên cứu tâm lý có nhiều phương pháp khác nhau để thu thập thông tin nhằm xử lý để đưa ra được những kết luận hay các quyết định dựa trên kết quả ấy. Những phương pháp quen thuộc được sử dụng nhiều trong các nghiên cứu tâm lý là phương pháp quan sát, điều tra bằng bảng hỏi hoặc phỏng vấn, trắc nghiệm, nghiên cứu trường hợp, phân tích sản phẩm và thực nghiệm.

1.3.2.1. Phương pháp quan sát

Quan sát là tri giác một cách có mục đích nhằm xác định đặc điểm của đối tượng. Trong nghiên cứu tâm lý, quan sát các biểu hiện bên ngoài của đối tượng như hành vi, lời nói, cử chỉ, điệu bộ... để từ đó rút ra các quy luật bên trong của đối tượng.

Có hai cách thức tiến hành phương pháp quan sát, một là đếm tần số các biểu hiện diễn ra trong một khoảng thời gian nhất định (time frequency), hai là lấy mẫu biểu hiện tâm lý trong những khoảng thời gian ngắn (15s hoặc 30s) (time sampling). Cả hai cách thức này có thể thực hiện trong môi trường tự nhiên hoặc quan sát có sự can thiệp (quan sát có sự tham gia của người quan sát, quan sát cấu trúc và thực nghiệm thực tế).

Phương pháp quan sát yêu cầu người quan sát cần phải vạch rõ cụ thể những yếu tố cần quan sát và ghi chép, lưu giữ thông tin, đồng thời cần tiến hành quan sát nhiều lần, trong những môi trường khác nhau để gia tăng độ tin cậy của thông tin thu được. Người quan sát cũng lưu ý tránh sự chủ quan, định kiến của mình trong quá trình quan sát. Các phương tiện kỹ thuật như máy quay hình, chụp ảnh có thể được sử dụng để hỗ trợ quá trình thu thập thông tin khi quan sát.

Ưu điểm nổi bật của phương pháp quan sát là mang đến những thông tin cụ thể, khách quan. Tuy nhiên, phương pháp này chỉ có thể áp dụng hiệu quả đối với nhóm khách thể nhỏ, đòi hỏi nhiều thời gian và khó tiến hành trên số lượng lớn khách thể.

1.3.2.2. Phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi

Phương pháp này sử dụng phiếu trưng cầu ý kiến với một hệ thống câu hỏi được soạn thảo dựa trên mục đích nghiên cứu. Nội dung chính trong phiếu là các câu hỏi, có thể là câu hỏi đóng hoặc câu hỏi mở tùy vào mục đích nghiên cứu. Điều tra bằng bảng hỏi cho phép thu thập ý kiến chủ quan của một số đông khách thể, trên diện rộng, trong thời gian ngắn, mang tính chủ động cao.

Mặc dù vậy, thông tin thu thập được bị hạn chế tính khách quan do người trả lời có thể không trung thực. Ngoài ra, độ chính xác của thông tin chịu sự chi phối của tính tin cậy của bảng hỏi được thiết kế. Do vậy, sử dụng phương pháp này cần lưu ý xây dựng một bảng hỏi đạt độ tin cậy cao cũng như đảm bảo tạo môi trường, điều kiện khách quan tốt nhất loại bỏ các yếu tố gây nhiễu khi nhóm khách thể nghiên cứu trả lời các câu hỏi.

1.3.2.3. Phương pháp trò chuyện, phỏng vấn

Đây là phương pháp dùng những câu hỏi trực tiếp để hỏi khách thể nghiên cứu, dựa vào câu trả lời của họ có thể hỏi thêm, trao đổi thêm để thu thập thông tin một cách đầy đủ, rõ ràng nhất. Phỏng vấn có thể tiến hành trực tiếp hoặc gián tiếp, câu hỏi đi trực tiếp vào vấn để hoặc theo đường vòng. Tuy nhiên, khi phỏng vấn cần lưu ý sử dụng ngôn ngữ cùng trình độ với khách thể để đảm bảo tính chính xác của thông tin thu thập được.

1.3.2.4. Phương pháp trắc nghiệm (TEST)

Trắc nghiệm là phương pháp dùng để đo lường một cách khách quan tâm lý con người trên nhiều phương diện như trí tuệ, nhân cách, các rối loạn tâm lý. Có trắc nghiệm dùng ngôn ngữ, có trắc nghiệm dừng hình ảnh, tranh vẽ hoặc các hành vi khác.

Phương pháp trắc nghiệm đòi hỏi bài trắc nghiệm phải có độ tin cậy có tính hiệu lực và được chuẩn hóa. Trình tự tiến hành trắc nghiệm phải được kiểm soát chặt chẽ để đảm bảo kết quả mang tính khoa học. Trắc nghiệm trọn bộ thường bao gồm bốn phần: văn bản trắc nghiệm, hướng dẫn tiến hành, hướng dẫn đánh giá, bản chuẩn hóa.

1.3.2.5. Phương pháp nghiên cứu trường hợp

Nghiên cứu trường hợp là tìm hiểu sâu về một khách thể nghiên cứu. Phương pháp này cho phép mô tả sâu chân dung những khách thể nghiên cứu để làm rõ hơn vấn đề dưới nhiều góc độ khác nhau, phát hiện ra những khía cạnh đặc biệt trong tâm lý người hoặc minh họa cho những kết quả thu được từ những phương pháp nghiên cứu khác.

Trong nghiên cứu trường hợp có thể phối hợp những phương pháp khác như phỏng vấn hoặc dùng bảng hỏi để tìm hiểu lịch sử cá nhân tình trạng sức khỏe, các mối quan hệ, hoặc nghiên cứu tài liệu các hồ sơ lưu trữ thông tin về cá nhân như phiếu khám sức khỏe, đơn thuốc, các loại giấy tờ, bằng cấp; hoặc dùng quan sát ghi chép lại tất cả những hành vi quan sát được.

Đây là phương pháp thường được dùng trong những nghiên cứu về lâm sàng, chẳng hạn như tìm hiểu về những rối loạn tâm lý. Tuy nhiên, phương pháp này có hạn chế là mang tính chủ quan khá cao vì nhà nghiên cứu sẽ có xu hướng lựa chọn thông tin thu thập được theo chiều hướng phù hợp với những mong đợi, những lý thuyết họ đưa ra và từ một cá nhân thì không thể khái quát hóa đại diện cho dân số được.

1.3.2.6. Phương pháp phân tích sản phẩm

Nghiên cứu tìm hiểu tâm lý con người dựa trên phân tích sản phẩm do chính người đó làm ra. Cơ sở của phương pháp này dựa trên quan điểm về hoạt động. Điều cần lưu ý khi tiến hành phân tích sản phẩm là nhà nghiên cứu thu thập thông tin trên sản phẩm cuối cùng của khách thể, do vậy chỉ có thể đánh giá một vài khía cạnh trong tâm lý người đó chứ không thể trọn vẹn được. Trên thực tế, phân tích quá trình khách thể tạo ra sản phẩm cũng cung cấp được rất nhiều thông tin hữu ích.

1.3.2.7. Phương pháp thực nghiệm

Phương pháp thực nghiệm được dùng để kiểm tra, phát hiện một mối liên hệ nguyên nhân - kết quả, tác động của việc thay đổi một hiện tượng tâm lý nào đó hoặc hình thành một hiện tượng tâm lý mới. Thực nghiệm là phương pháp nghiên cứu trong đó người nghiên cứu chủ động tạo ra một hiện tượng tâm lý dưới những điều kiện được kiểm soát chặt chẽ và cẩn thận, sau đó xác định có hay không có bất kỳ sự thay đổi nào xảy ra ở một hiện tượng tâm lý khác được xem như là kết quả của hiện tượng tâm lý ban đầu. Chẳng hạn, để tìm hiểu có phải khi nỗi lo lắng tăng sẽ khiến con người thích ở bên cạnh người khác hơn hay không, nhà nghiên cứu sẽ tạo ra "nỗi lo lắng" cho nhóm khách thể nghiên cứu rồi sau đó đo lường mức độ thích ở bên cạnh người khác của nhóm khách thể này như thế nào.

Trong phương pháp thực nghiệm có một vài khái niệm cần quan tâm. Khái niệm thứ nhất là biến độc lập và biến phụ thuộc. Biến độc lập là điều kiện hoặc sự kiện nào đó mà nhà nghiên cứu tạo ra để xem xét tác động của nó lên một biến số khác; biến phụ thuộc là sự kiện hoặc hiện tượng nào đó được giả thuyết là bị ảnh hưởng bởi sự xuất hiện hay vận hành của biến độc lập. Quay trở lại ví dụ trên, biến độc lộ là mức độ lo lắng, biến phụ thuộc là mức độ thích ở bên cạnh người khác. Khái niệm thứ hai đề cập đến là nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Nhóm thực nghiệm là nhóm nhận được những điều kiện hoặc sự kiện đặc biệt (biến độc lập); nhóm đối chứng là nhóm không được nhận điều kiện hoặc sự kiện đặc biệt như nhóm thực nghiệm. Lưu ý khi lựa chọn khách thể của cả hai nhóm thì đều cần giống nhau tất cả các yếu tố trừ yếu tố biến độc lập.

Phương pháp thực nghiệm đòi hỏi tốn nhiều thời gian và đặc biệt khó khăn trong việc xây dựng hoặc tạo ra biến số độc lập cũng như kiểm soát và loại bỏ các yếu tố gây nhiễu khác. Thực nghiệm có thể được tiến hành trong điều kiện tự nhiên hoặc trong phòng thí nghiệm tùy vào mục đích nghiên cứu. Phương pháp này thường được các nhà tâm lý học sử dụng trong những nghiên cứu của mình vì giá trị khoa học của nó.

Mỗi một phương pháp nghiên cứu đều có những ưu và nhược điểm riêng của nó. Vì vậy, trong một nghiên cứu tâm lý, các nhà nghiên cứu luôn phối hợp nhiều phương pháp để bổ sung, hỗ trợ cho nhau trong việc thu thập thông tin, trong đó sẽ có phương pháp đóng vai trò chủ đạo tùy thuộc vào mục đích nghiên cứu. Tuy nhiên, sử dụng bất kỳ phương pháp nào cũng cần có sự tổ chức nghiên cứu tốt, nhà nghiên cứu hoặc người hỗ trợ nghiên cứu cần được huấn luyện kỹ càng để đảm bảo thông tin thu được chính xác, khách quan và lưu ý đến yếu tố đạo đức khi tiến hành các nghiên cứu về tâm lý người.

1.4. Ý NGHĨA CỦA TÂM LÝ HỌC

Trải qua quá trình phát triển lâu dài, nhưng Tâm lý học chỉ thực sự trở thành khoa học độc lập từ năm 1879. Tuy nhiên, sự non trẻ của ngành khoa học này lại tỉ lệ nghịch với những đóng góp của nó cho cuộc sống của con người.

Mọi khoa học đều quay về phục vụ cho cuộc sống thực. Tâm lý học cũng vậy.

Nó đã và đang tham gia vào mọi ngõ ngách của đời sống, từ những mối quan hệ hàng ngày, công việc đến vui chơi - giải trí. Để tăng cường chất lượng các mối quan hệ người - người, con người cần có những hiểu biết đặc biệt về giao tiếp, về đời sống tình cảm. Muốn làm việc có hiệu quả, nâng cao năng lực sản xuất, người lao động phải vận dụng kiến thức trong lĩnh vực hoạt động nhận thức, nhà quản lý phải có tri thức về nhân cách. Để vui chơi không chỉ thỏa mãn nhu cầu giải trí, thư giãn mà nâng lên thành hoạt động văn hóa, hệ thống kiến thức về hoạt động, về nhận thức, về nhân cách cần được áp dụng.

Từ ý nghĩa đời thường như thế, Tâm lý học ngày nay được phát triển và phân hóa thành những chuyên ngành phục vụ cụ thể cho từng lĩnh vực gắn liền với tên gọi của chúng, như Tâm lý học nghệ thuật, Tâm lý học thể thao, Tâm lý học y học, Tâm lý học pháp lý... Trong sự phát triển đa dạng đó, có hai hướng chính là hướng chuyên sâu nghiên cứu về lý luận và hướng vận dụng thực hành. Ở nhánh nghiên cứu lý luận có các chuyên ngành như Tâm lý học thực nghiệm, Tâm lý học nhận thức, Tâm lý học phát triển, Tâm lý học đo lường, Tâm lý học nhân cách và Tâm lý học xã hội. Riêng hướng vận dụng thực hành thì có bốn lĩnh vực chính là Tâm lý học lâm sàng, Tâm lý học tham vấn, Tâm lý học giáo dục và trường học, Tâm lý học công nghiệp và tổ chức. Mỗi một chuyên ngành như thế đều được xây dựng từ nền tảng kiến thức cơ bản của Tâm lý học đại cương.

Sẽ là một thiếu sót lớn nếu không đề cập đến ý nghĩa của Tâm lý học đối với chính bản thân người học. Như tất cả những ngành khoa học khác, nghiên cứu về Tâm lý học thỏa mãn được nhu cầu nhận thức của người học vì vốn đây là lĩnh vực hấp dẫn, nghiên cứu về thế giới tâm lý con người. Những hiểu biết về Tâm lý học, đặc biệt là Tâm lý học đại cương, giúp người học có cái nhìn bao quát và toàn diện về đời sống tâm lý người trên mọi phương diện ở các mức độ khác nhau mà trong đó, từng hiện tượng tâm lý được mô tả sinh động và liên kết lên nhau chặt chẽ. Với những ai có tham vọng tìm hiểu về đời sống tâm lý của người xung quanh một cách khách quan để từ đó có cách thức ứng xử, tác động thay đổi họ thì Tâm lý học có thể đáp ứng được về cơ bản. Ngoài ra, trên nền kiến thức chung về tâm lý con người, những ai đam mê và muốn dấn thân vào Tâm lý học sẽ có khả năng khám phá và đào sâu hơn vào từng mảng theo hứng thú và năng lực của họ.

Hơn nữa, giá trị cuối cùng và có thể là cao nhất (theo quan điểm của người viết), Tâm lý học giúp chính bản thân người học hiểu được về chính mình, tự rèn luyện, tự điều chỉnh mình theo hướng cách tích cực nhất. Từ đó, người học và nghiên cứu tâm lý sẽ phát triển bản thân một cách toàn diện và nhân văn.

PHẦN TÓM TẮT

– Tâm lý là toàn bộ những hiện tượng tinh thần nảy sinh trong não người, gắn liền và điều khiển toàn bộ hoạt động, hành vi của con người. Tâm lý học là khoa học chuyên nghiên cứu về hiện tượng tâm lý người, có nhiệm vụ phát hiện các quy luật tâm lý; tìm ra cơ chế hình thành tâm lý; lý giải, dự báo hành vi, thái độ của con người;

đưa ra các giải pháp phát huy nhân tố con người hiệu quả nhất, ứng dụng trong các lĩnh vực hoạt động và nâng cao chất lượng cuộc sống.

– Lịch sử phát triển của Tâm lý học trải qua ba giai đoạn: (1) Thời cổ đại, (2) Từ thế kỷ thứ XIX trở về trước, (3) Tâm lý học chính thức trở thành một khoa học độc lập vào năm 1879 bằng sự kiện Wilhelm Wundt thành lập phòng thí nghiệm chính thức đầu tiên nghiên cứu về tâm lý lại trường Đại học Leipzig (Đức).

– Những quan điểm Tâm lý học hiện đại ngày nay gồm có: Tâm lý học hành vi, Tâm lý học Gestalt (Tâm lý học cấu trúc), Phân tâm học, Tâm lý học nhân văn, Tâm lý học nhận thức, Tâm lý học hoạt động (Tâm lý học Marxist). Mỗi một trường phái có đối tượng và phương pháp nghiên cứu cũng như quan điểm chủ đạo riêng biệt, mang đến những đóng góp nhất định cho sự phát triển nền Tâm lý học.

– Theo quan điểm duy vật biện chứng và duy vật lịch sử, tâm lý người là sự phản ánh thế giới khách quan vào não thông qua chủ thể, trên nền tảng vật chất là hoạt động theo hệ thống chức năng của bộ não, mang bản chất xã hội và có tính lịch sử.

– Tâm lý có chức năng định hướng, điều khiển và điều chỉnh hoạt động hành vi của con người.

– Các hiện tượng tâm lý được phân loại theo nhiều cách. Cách phân loại phổ biến là căn cứ vào thời gian tồn tại và vị trí tương đối của chúng trong nhân cách (quá trình tâm lý, trạng thái tâm lý và thuộc tính tâm lý) hoặc dựa vào sự tham gia của ý thức (hiện tượng tâm lý có ý thức và hiện tượng tâm lý không có ý thức).

– Khi tiến hành nghiên cứu tâm lý người cần tuân theo các nguyên tắc phương pháp luận cơ bản sau: (1) Nguyên tắc quyết định luận, (2) Nguyên tắc thống nhất giữa ý thức và hoạt động, (3) Nguyên tắc phát triển và (4) Nguyên tắc hệ thống cấu trúc.

– Các phương pháp nghiên cứu tâm lý cụ thể là phương pháp quan sát điều tra bằng bảng hỏi hoặc phỏng vấn, trắc nghiệm, nghiên cứu trường hợp, phân tích sản phẩm và thực nghiệm. Mỗi phương pháp đều có những ưu điểm và hạn chế riêng, do đó, khi tiến hành nghiên cứu tâm lý cần phối hợp nhiều phương pháp.

– Tổng quát, Tâm lý học là một ngành khoa học khá non trẻ nhưng lại chiếm vị trí quan trọng trong hệ thống các khoa học và trong đời sống của con người vì mang tính thực tiễn cao. Tâm lý học ngày nay phát triển và phân hóa theo hai hướng chính là chuyên sâu nghiên cứu về lý luận và vận dụng thực hành. Riêng đối với người học, Tâm lý học mang đến những kiến thức bao quát và toàn diện về đời sống tâm lý người, giúp thỏa mãn nhu cầu nhận thức nói chung và nhu cầu nghiên cứu chuyên sâu nói riêng. Ngoài ra, điều quan trọng hơn cả là những tri thức về Tâm lý học giúp chính bản thân người học hiểu rõ về chính mình để từ đó rèn luyện và phát triển bản thân.

Chương 2. HOẠT ĐỘNG - GIAO TIẾP

Trong đời sống tâm lý con người, hoạt động và giao tiếp là một trong những vấn đề hết sức trọng tâm không thể không nhắc đến. Đầu tiên, thông qua hoạt động và giao tiếp, tâm lý con người được bộc lộ hay thể hiện một cách rõ nét. Kế đến, cũng chính hoạt động và giao tiếp lại là điều kiện hết sức quan trọng để tâm lý con người được hình thành và phát triển. Trên cơ sở đó, khi đề cập đến vấn đề hoạt động và giao tiếp thì việc xem xét mối quan hệ giữa hoạt động và giao tiếp đối với sự hình thành và phát triển tâm lý người là một trong những hướng tiếp cận hết sức khoa học và hiệu quả.

2.1. HOẠT ĐỘNG

2.1.1. *Định nghĩa*

Trong cuộc sống, thuật ngữ hoạt động được sử dụng một cách khá phổ biến. Nó còn được dùng tương đương với thuật ngữ làm việc…

Khái niệm hoạt động cũng là vấn đề được nhiều khoa học khác nhau quan tâm. Từ Triết học đến Sinh lý học và Tâm lý học có những cái nhìn khác nhau về khái niệm này.

Theo Triết học thì hoạt động là sự biện chứng của chủ thể và khách thể bao gồm quá trình khách thể hóa chủ thể chuyển những đặc điểm của chủ thể vào sản phẩm của hoạt động và ngược lại. Nói khác đi, hoạt động là quá trình qua đó con người tái sản xuất và cải tạo một cách sáng tạo thế giới, làm cho con người trở thành chủ thể của hoạt động về hiện tượng của thế giới mà con người nắm được trở thành khách thể của hoạt động.

Dưới góc nhìn của mình, Sinh lý học cho rằng hoạt động là sự tiêu hao năng lượng thần kinh và cơ bắp của con người khi tác động vào hiện thực khách quan nhằm thỏa mãn những nhu cầu của con người.

Tâm lý học cũng nhìn nhận về hoạt động của con người ở nhiều góc nhìn khác nhau và cũng vì vậy, có khá nhiều khái niệm khác nhau về hoạt động. Nhiều nhà Tâm lý học cho rằng hoạt động là phương thức tồn tại của con người trong thế giới vì muốn tồn tại thì con người phải hoạt động và thông qua hoạt động thì con người thỏa mãn những nhu cầu của mình cũng như gián tiếp được phát triển. Ngoài ra, cũng chính nhờ vào hoạt động con người cảm thấy mình đang thực sự tồn tại đúng nghĩa cũng như tiếp tục phát triển. Không những là thế, hoạt động còn là tác động liên tục của con người đối với thế giới xung quanh nhằm tạo ra những sản phẩm hết sức đa dạng và phong phú gắn chặt với đời sống con người cũng như thông qua đó con người nhận thấy sự phát triển của chính mình.

Ở một góc độ khác, khi đề cập đến sự tác động qua lại mang tính tích cực của con người thì hoạt động được xem là hệ thống năng động các mối tác động qua lại giữa chủ thể và môi trường, là nơi nảy sinh hình ảnh tâm lý về khách thể qua đó các

quan hệ của chủ thể trong thế giới đối tượng được trung gian hóa.

Những phân tích về hoạt động dưới góc nhìn Tâm lý học có thể đưa ra khái niệm sau về hoạt động: Hoạt động là mối quan hệ tác động qua lại giữa con người và thế giới (khách thể) để tạo ra sản phẩm cả về phía thế giới, cả về phía con người (khách thể).

Khi nhìn nhận về khái niệm hoạt động trên dưới góc độ Tâm lý học, rõ ràng có hai quá trình diễn ra đồng thời, bổ sung cho nhau, thống nhất với nhau:

- Quá trình thứ nhất là quá trình khách thể hóa (còn gọi là quá trình xuất tâm). Đó là quá trình con người chuyển hóa những năng lượng của mình thành sản phẩm của hoạt động. Trong quá trình này, tâm lý của chủ thể được bộc lộ, được khách quan hóa vào sản phẩm của hoạt động trong suốt một quá trình cũng như ở kết quả. Trên cơ sở này, có thể nghiên cứu tâm lý con người thông qua hoạt động của họ và cần đáp ứng yêu cầu hay nguyên tắc này.

- Quá trình thứ hai là quá trình chủ thể hóa (còn gọi là quá trình nhập tâm). Đó là quá trình con người chuyển nội dung của khách thể vào bản thân mình tạo nên tâm lý của cá nhân: nhận thức, tình cảm... Đây cũng chính là quá trình phản ánh thế giới tạo ra nội dung tâm lý của con người.

Tóm lại, hoạt động của con người vừa tạo ra sản phẩm về phía thế giới, vừa tạo ra tâm lý của bản thân. Hoạt động là nguồn gốc, là động lực của sự hình thành, phát triển tâm lý và đồng thời là nơi bộc lộ tâm lý.

2.1.2. *Đặc điểm của hoạt động*

Có thể nói khi xem xét đặc điểm của hoạt động thì có các đặc điểm cơ bản sau: tính đối tượng, tính chủ thể, tính mục đích và vận hành theo nguyên tắc gián tiếp. Chính các đặc điểm này trả lời câu hỏi: hoạt động ấy nhắm vào đối tượng nào, tạo ra sản phẩm gì, sản phẩm ấy là tinh thần hay vật chất…

a. Tính đối tượng

Đối tượng của hoạt động có thể là sự vật, hiện tượng, khái niệm, quan hệ, con người, nhóm người... Đối tượng là cái chung ta tác động vào, nhắm vào, hướng vào để chiếm lĩnh hay thay đổi. Đối tượng là những cái có thể thoả mãn nhu cầu nào đó của con người, thúc đẩy con người hoạt động. Đối tượng chính là cái hiện thực tâm lý mà hoạt động hướng tới. Mỗi vật thể chỉ có tính đối tượng ở dạng tiềm tàng và nó được khơi gợi, thức tỉnh và dần định hình rõ ràng trong sự tác động qua lại tích cực giữa con người với vật thể đó. Chính vì thế, đối tượng của hoạt động là hiện thân của động cơ hoạt động.

Đối tượng của hoạt động luôn thôi thúc hoạt động được tiến hành và tính đối tượng chỉ thực sự đặc trưng cho hoạt động của con người. Khi tiến hành hoạt động vì những động cơ, con người có sự tham gia của các yếu tố tâm lý của chủ thể trong sự tác động với thế giới bên ngoài nhằm chiếm lĩnh nó. Từ đây, tạo nên động cơ của hoạt động. Động cơ của hoạt động là yếu tố thúc đẩy con người tác động vào đối tượng hay

thế giới đối tượng để thay đổi nó, biến nó thành sản phẩm hoặc tiếp nhận nó tạo nên một năng lực mới, một nét tâm lý mới hay một sản phẩm hữu hình nào đó. Chính vì vậy, đối tượng của hoạt động có thể rất cụ thể nhưng có khi không phải là một cái gì đó có sẵn mà là cái đang xuất hiện ngay trong quá trình hoạt động.

b. Tính chủ thể

Bất cứ hoạt động nào cũng do chủ thể tiến hành. Chủ thể là con người có ý thức tác động vào khách thể - đối tượng của hoạt động. Đặc điểm nổi bật nhất là tính tự giác và tích cực của chủ thể khi tác động vào đối tượng vì chủ thể sẽ gửi trao trong quá trình hoạt động nhu cầu tâm thế, cảm xúc, mục đích, kinh nghiệm của chính mình...

Chủ thể hoạt động có thể là cá nhân, nhóm hay tập thể. Nói khác đi, có thể là một người hay nhiều người. Tuy nhiên, ngay cả khi chủ thể là nhóm, tập thể thì mọi người cũng thực hiện với cùng một đối tượng, một động cơ chung và cũng thể hiện rõ tính chủ thể là thế.

Chủ thể của hoạt động thể hiện trong quá trình hoạt động và trong sản phẩm của hoạt động. Qua sản phẩm của hoạt động và quá trình tiến hành hoạt động sẽ giúp ta hiểu được chủ thể là ai và năng lực của họ như thế nào. Khi chủ thể của hoạt động khác nhau và cách thức tiến hành khác nhau sẽ tạo ra những sản phẩm với chất lượng khác nhau.

Ở đây cần phân tích thêm mối quan hệ giữa chủ thể và đối tượng trong hoạt động. Quan hệ giữa chủ thể và đối tượng là quan hệ hai chiều, tích cực. Đối tượng bao giờ cũng là đối tượng của một chủ thể nhất định. Ngược lại, chủ thể luôn thể hiện mình trong đối tượng, trở thành chủ thể của hoạt động có đối tượng. Kết thúc hoạt động, đối tượng được chủ thể hóa còn chủ thể được khách thể hóa trong sản phẩm. Đến lượt nó, sản phẩm lại trở thành khách thể, thành đối tượng của hoạt động khác.

c. Tính mục đích

Hoạt động bao giờ cũng có tính mục đích vì chính tính mục đích của hoạt động làm cho hoạt động của con người mang chất người hơn bao giờ hết. Mục đích ở đây không được hiểu theo nghĩa tiêu cực như mang ý nghĩa cá nhân hay sự toan tính hoặc là ý thích riêng, mong muốn, ý định chủ quan... mà mục đích được hiểu theo nghĩa rộng của nó. Mục đích là biểu tượng về sản phẩm của hoạt động nhằm thỏa mãn nhu cầu nào đó của chủ thể. Mục đích điều chỉnh, điều khiển hoạt động và là cái con người hướng tới cũng như là động lực thúc đẩy hoạt động. Mục đích của hoạt động trả lời cho câu hỏi: hoạt động để làm gì. Tính mục đích gắn liền với tính đối tượng và tính mục đích vừa mang tính cá nhân, vừa luôn bị chế ước bởi nội dung xã hội và các quan hệ xã hội. Mục đích của hoạt động suy cho cùng vẫn là biến đổi khách thể (thế giới) và biến đổi bản thân chủ thể mà thôi.

d. Hoạt động vận hành theo nguyên tắc gián tiếp

Trong hoạt động, chủ thể tác động vào đối tượng tạo ra sản phẩm bao giờ cũng phải sử dụng những công cụ nhất định như: tiếng nói, chữ viết máy móc, kinh

nghiệm... Nói khác đi, trong hoạt động, con người "gián tiếp" tác động đến khách thể qua hình ảnh tâm lý trong đầu, gián tiếp qua việc sử dụng các công cụ lao động và sử dụng phương tiện ngôn ngữ.

Những công cụ đó giữ chức năng trung gian giữa chủ thể và đối tượng tạo ra tính gián tiếp của hoạt động. Đây cũng chính là một cơ sở quan trọng tạo ra sự khác biệt giữa hoạt động của con người và hành vi bản năng của con vật.

Tâm lý được bộc lộ gián tiếp thông qua sản phẩm của hoạt động cũng là yếu tố minh chứng cho tính gián tiếp của hoạt động. Đơn cử như thông qua những sản phẩm có được sau hoạt động của người thợ dệt, thợ rèn, sẽ có thể hiểu được trình độ, bản lĩnh nghề nghiệp cũng như sự đầu tư đích thực của người ấy. Mặt khác, tâm lý con người không hình thành bằng con đường di truyền sinh học mà nó gián tiếp hình thành thông qua hoạt động học tập, rèn luyện, qua kinh nghiệm của thế hệ trước truyền lại cho thế hệ sau cũng minh chứng thêm cho tính gián tiếp này. Như vậy, chính những công cụ tâm lý, ngôn ngữ và công cụ lao động giữ chức năng trung gian giữa chủ thể và khách thể, tạo ra tính gián tiếp của hoạt động một cách rõ nét.

2.1.3. *Phân loại hoạt động*

Có thể thấy rằng hoạt động là một phạm trù phức tạp cho nên cũng có nhiều cách phân loại khác nhau. Mỗi cách phân loại đều có thể dựa trên tiêu chí khác nhau nhưng hướng đến việc chỉ rõ hoạt động được nhìn nhận một cách cụ thể ra sao. Có thể thấy các cách phân loại hoạt động sau:

* Xét theo tiêu chí phát triển cá thể:

Xét theo tiêu chí này có thể nhận thấy con người có bốn loại hoạt động cơ bản: vui chơi, học tập, lao động và hoạt động xã hội.

Cách phân chia này tuy đơn giản nhưng có thể bao trùm tất cả những gì diễn ra trong hoạt động của con người. Lẽ đương nhiên, cách phân chia này cũng bộc lộ hạn chế là ranh giới giữa chúng không rõ ràng vì các hoạt động có thể chứa trong nhau, giao thoa nhau. Tuy vậy, cách phân loại này đem lại ý nghĩa thiết thực trong cuộc sống và nó khá gần gũi với đời sống thực tế của con người.

* Xét theo tiêu chí sản phẩm (vật chất hay tinh thần)

Xét theo tiêu chí này, có thể chia hoạt động thành hai loại: hoạt động thực tiễn và hoạt động lý luận. Hoạt động thực tiễn là hoạt động hướng vào các vật thể hay quan hệ tạo ra sản phẩm vật chất là chủ yếu. Hoạt động lý luận được diễn ra với hình ảnh, biểu tượng, khái niệm tạo ra sản phẩm tinh thần.

Cách phân chia này dựa trên đặc điểm của sản phẩm nhưng một số sản phẩm lại hàm chứa cả yếu tố vật chất và tinh thần. Vì vậy, cách phân loại này cũng chỉ mang ý nghĩa tương đối mà thôi.

* Xét theo tiêu chí đối tượng hoạt động

Theo tiêu chí này, người ta chia ra các loại sau: hoạt động biến đổi, hoạt động

nhận thức, hoạt động định hướng giá trị và hoạt động giao lưu.

Hoạt động biến đổi là những hoạt động hướng đến thay đổi hiện thực (tự nhiên, xã hội, con người) như hoạt động lao động, hoạt động chính trị - xã hội, hoạt động giáo dục.

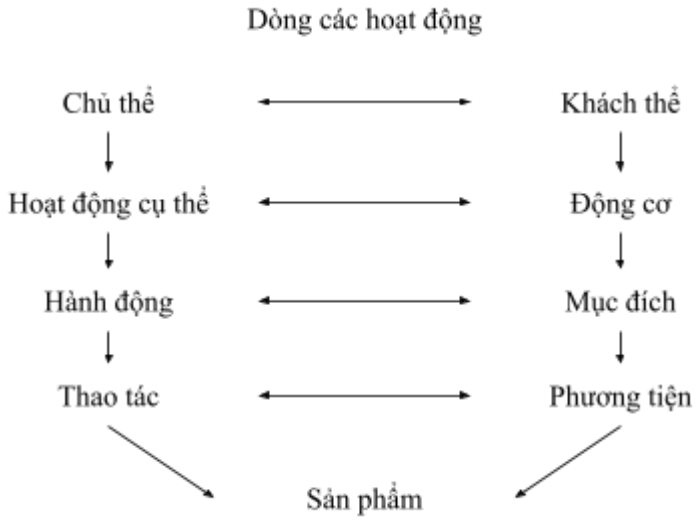
Hoạt động nhận thức là hoạt động tinh thần, phản ánh thế giới khách quan. Tuy vậy, hoạt động này chỉ dừng ở mức tìm hiểu, nhận biết thế giới hiện thực mà không phải là biến đổi hiện thực.

Hoạt động định hướng giá trị là hoạt động tinh thần nhằm xác định ý nghĩa thực tại với bản thân chủ thể tạo ra phương hướng của hoạt động.

Hoạt động giao lưu là hoạt động thiết lập mối quan hệ giữa người với người trong cuộc sống.

2.1.4. *Cấu trúc của hoạt động*

Trên cơ sở nghiên cứu thực nghiệm nhiều năm, A.N.Leonchiev đã nêu lên cấu trúc vĩ mô của hoạt động bao gồm các thành tố và mối liên hệ giữa các thành tố này. Xin được mô tả sơ đồ cấu trúc vĩ mô của hoạt động như sau:



Nhìn vào sơ đồ trên, ta thấy cấu trúc hoạt động là một cấu trúc động. Có thể nhận thấy tính chất động của cấu trúc này thông qua sự tồn tại một cách độc lập của từng thành tố cũng như mối liên hệ rất mật thiết của chúng.

Trước hết, hoạt động bao giờ cũng nhằm thỏa mãn nhu cầu nào đó của con người. Nhu cầu là cái mà con người được được thỏa mãn. Nhu cầu cũng có thể là cái đòi hỏi, cái khát khao được chiếm lĩnh. Khi nhu cầu của con người bắt gặp đối tượng thỏa mãn thì sẽ trở thành động cơ. Động cơ là yếu tố thôi thúc con người hành động. Động cơ được xem là mục đích chung, mục đích cuối cùng của hoạt động. Bất kỳ hoạt động nào cũng có động cơ tương ứng. Động cơ có thể tồn tại ở dạng tinh thần của chủ thể nhưng cũng có thể vật chất hóa ra bên ngoài. Tuy vậy, dù ở hình thức nào thì động cơ vẫn là yếu tố thúc đẩy việc chiếm lĩnh đối tượng tương ứng với nhu cầu của chủ thể khi gặp gỡ được đối tượng có liên quan đến sự thỏa mãn.

Nếu như động cơ là mục đích cuối cùng, thì mục đích ấy sẽ được cụ thể hóa ra những mục đích bộ phận. Nói cách khác, động cơ sẽ cụ thể hóa thành những mục đích khác nhau và mục đích bộ phận chính là hình thức cụ thể hóa động cơ. Mục đích là bộ phận cấu thành động cơ trong sơ đồ cấu trúc vĩ mô của hoạt động. Quá trình thực hiện các mục đích này là quá trình thực hiện các hành động. Hành động là quá trình bị chi phối bởi biểu tượng về kết quả phải đạt được, là quá trình nhằm vào mục đích để dần tiến đến hiện thực hóa động cơ. Cũng chính vì vậy, hành động lại trở thành thành phần cấu tạo nên hoạt động của con người hay hoạt động được tồn tại và thực thi bởi một chuỗi những hành động.

Việc thực hiện mục đích phải dựa trên những điều kiện xác định. Phải dựa trên những điều kiện - phương tiện nhất định thì mới có thể đạt được mục đích thành phần. Mỗi phương tiện có thể quy định cách thức hành động khác nhau. Cốt lõi của cách thức chính là thao tác và thao tác phải được thực hiện dựa trên những điều kiện - phương tiện tương ứng. Như thế, thao tác trở thành đơn vị nhỏ nhất của hành động, nó không có mục đích riêng những cùng hướng đến thực hiện mục đích của hành động.

Như vậy khi tiến hành hoạt động, về phía chủ thể bao gồm ba thành tố: hoạt động, hành động và thao tác. Nó mô tả mặt kỹ thuật của hoạt động. Về phía khách thể thì bao gồm: động cơ, mục đích, phương tiện nó tạo nên "nội dung đối tượng" của hoạt động. Chính trong cấu trúc này, tính độc lập tương đối và sự chuyển hóa lẫn nhau giữa các hành tố được thực hiện mà đặc biệt là giữa hành động và mục đích.

Thứ nhất, một động cơ có thể được cụ thể hóa trong nhiều mục đích. Ngược lại, một mục đích có thể được thể hiện ở nhiều động cơ khác nhau. Chính thế, một hoạt động được thực hiện bởi nhiều hành động khác nhau và một hành động có thể tham gia ở nhiều hoạt động khác nhau.

Thứ hai, một hoạt động sau khi đã thực hiện được động cơ thì có thể trở thành một hành động cho hoạt động khác. Sự chuyển hướng này là hết sức tự nhiên trong đời sống của con người.

Thứ ba, để đạt được mục đích cần phải thực hiện hành động và mục đích có thể phát triển theo hai hướng khác nhau:

- Hướng trở thành động cơ vì mục đích không chỉ hướng đến chức năng hướng dẫn mà còn cả chức năng kích thích và thúc đẩy.
- Hướng trở thành phương tiện khi mục đích đã được thực hiện và hành động kết thúc và lúc này hành động trở thành thao tác và có thể tham gia vào nhiều hành động khác.

Tóm lại, hoạt động được hợp thành bởi nhiều hành động và các hành động diễn ra bởi các thao tác. Hoạt động luôn hướng vào động cơ - đó là mục đích cuối cùng. Mục đích cuối cùng hay động cơ được cụ thể hóa thành nhiều mục đích thành phần - mục đích bộ phận. Để đạt được mục đích - con người phải sử dụng các phương tiện - điều kiện. Tùy theo điều kiện, phương tiện con người thực hiện các thao tác để tiến hành hành động nhằm đạt được mục đích. Sự tác động qua lại giữa chủ thể và khách

thể, giữa đơn vị thao tác (kỹ thuật của hoạt động) và nội dung của đối tượng hoạt động tạo ra sản phẩm của hoạt động. Sản phẩm này là sản phẩm kép vì nó tồn tại ở cả về phía khách thể và phía chủ thể.

Việc tìm ra sơ đồ cấu trúc vĩ mô của hoạt động có ý nghĩa hết sức đặc biệt. Xét trên phương diện lý luận, sơ đồ này giúp các nhà Tâm lý học khẳng định thêm về sự thống nhất giữa cái khách quan và cái chủ quan trong tâm lý, giữa đối tượng và chủ thể đồng thời cũng khẳng định luận điểm: trong hoạt động bao giờ cũng chứa đựng nội dung tâm lý và tâm lý vận hành và phát triển trong hoạt động. Về mặt thực tiễn thì việc vận dụng sơ đồ cấu trúc vĩ mô của hoạt động sẽ giúp việc tổ chức hoạt động cho con người cũng như việc điều chỉnh hoạt động của con người có thể được thực thi một cách hiệu quả.

2.2. GIAO TIẾP

2.2.1. *Định nghĩa*

Có thể nói trong Tâm lý học có khá nhiều khái niệm về giao tiếp khác nhau tùy theo phân ngành cũng như mục đích nghiên cứu. Tuy vậy cùng với hoạt động thì giao tiếp sẽ thực hiện chức năng rất quan trọng là định hướng con người hành động, thúc đẩy hành động, điều khiển hành động cũng như kiểm tra hành động của con người. Bên cạnh đó con người cũng không thể không thực hiện hoạt động giao tiếp vì giao tiếp như một nhu cầu, một phương tiện để con người tồn tại. Nói khác đi, thông qua giao tiếp tâm lý con người được hình thành và phát triển. Như vậy, việc xem xét khái niệm giao tiếp sẽ được nhìn nhận được góc độ nó như một yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển tâm lý - nhân cách của con người.

- Hiểu theo nghĩa đơn giản thì giao tiếp nghĩa là tiếp xúc, trò chuyện, trao đổi, giao lưu...

- Hiểu theo nghĩa rộng nhất thì giao tiếp là hoạt động con người trò chuyện, trao đổi với nhau nhằm thỏa mãn nhu cầu giao lưu cũng như cũng thực hiện những hoạt động trong cuộc sống.

- Theo Tâm lý học thì giao tiếp là quá trình hình thành và phát triển sự tiếp xúc giữa người với người từ nhu cầu hoạt động chung nhau trong cuộc sống.

Ngoài ra, giao tiếp còn được xem là sự tác động tương hỗ của các chủ thể phát sinh từ nhu cầu hoạt động được thực hiện bằng nhiều hình thức khác nhau.

Định nghĩa về giao tiếp, tác giả Phạm Minh Hạc cho rằng: "Giao tiếp là hoạt động xác lập và vận hành các quan hệ người - người để hiện thực hóa các quan hệ xã hội giữa người ta với nhau.

Theo tác giả Nguyễn Thạc, Hoàng Anh thì "Giao tiếp là hình thức đặc biệt cho mối quan hệ giữa con người với con người mà qua đó nảy sinh sự tiếp xúc tâm lý và được biểu hiện ở các quá trình thông tin, hiểu biết, rung cảm, ảnh hưởng và tác động qua lại lẫn nhau".

Tác giả Nguyễn Hữu Nghĩa đưa ra khái niệm giao tiếp như là mối liên hệ và quan hệ giữa người và người trong các nhóm và các tập thể xã hội nhờ đó con người mới có thể thực hiện các hoạt động của mình nhằm cải biến hiện thực khách quan xung quanh hoặc chính bản thân.

Còn với tác giả Nguyễn Ngọc Bích, "Giao tiếp là sự tiếp xúc giữa hai hay nhiều người thông qua phương tiện ngôn ngữ nhằm trao đổi thông tin, tình cảm, hiểu biết, tác động qua lại và điều chỉnh lẫn nhau".

Tác giả Trần Trọng Thủy thì quan niệm "Giao tiếp của con người là một quá trình chủ đích hay không có chủ đích, có ý thức hay không có ý thức mà trong đó các cảm xúc và tư tưởng được diễn đạt trong các thông điệp bằng ngôn ngữ hoặc phi ngôn ngữ".

Với tác giả Trần Hiệp, "Giao tiếp là một trong những dạng thức cơ bản của hoạt động của con người. Nó làm tăng cường hay giảm bớt khả năng thích ứng hành vi lẫn nhau trong quá trình tác động qua lại".

Tác giả Nguyễn Quang Uẩn khẳng định: "Giao tiếp là sự tiếp xúc tâm lý giữa người và người, thông qua đó con người trao đổi với nhau về thông tin, về cảm xúc, tri giác lẫn nhau, ảnh hưởng tác động qua lại với nhau. Hay nói cách khác, giao tiếp xác lập và vận hành cá quan hệ người - người, hiện thực hóa các quan hệ xã hội giữa chủ thể này với chủ thể khác.

Tác giả Vũ Dũng cho rằng: "Giao tiếp là quá trình hình thành và phát triển sự tiếp xúc giữa người với người được phát sinh từ nhu cầu trong hoạt động chung, bao gồm sự trao đổi thông tin, xây dựng chiến lược tương tác thống nhất tri giác và tìm hiểu người khác". Hay "Giao tiếp là sự tác động tương hỗ của các chủ thể phát sinh từ nhu cầu hoạt động chung được thực hiện bằng những công cụ quen thuộc và hướng đến những thay đổi có ý nghĩa trong trạng thái, hành vi và cấu trúc ý - cá nhân của đối tác".

Xuất phát từ những phân tích trên, giao tiếp là sự tiếp xúc tâm lý giữa người với người thông qua đó con người trao đổi thông tin, cảm xúc, tác động qua lại và ảnh hưởng lẫn nhau mà trong đó giao tiếp xác lập và vận hành các mối quan hệ người - người, hiện thực hóa các quan hệ xã hội giữa chủ thể này và chủ thể khác.

2.2.2. *Chức năng của giao tiếp*

Phân tích về chức năng của giao tiếp trên bình diện xã hội và cá nhân giao tiếp có một số chức năng cơ bản sau:

a. Chức năng thông tin hai chiều giữa các chủ thể tham gia giao tiếp.

Đây là chức năng có vai trò quan trọng thứ hai sau chức năng thỏa mãn nhu cầu của giao tiếp. Chức năng này biểu hiện ở khía cạnh truyền thông của giao tiếp thể hiện qua hai mặt truyền tin và nhận tin. Qua giao tiếp mà con người trao đổi với nhau những thông tin nhất định, truyền đạt kiến thức, kinh nghiệm,... cho nhau. Mỗi cá nhân

trong giao tiếp vừa là nguồn phát thông tin vừa là nguồn thu thông tin.

b. Chức năng tổ chức, điều khiển, phối hợp hành động của một nhóm người trong cùng một hoạt động cùng nhau.

Đây là chức năng dựa trên cơ sở xã hội. Trong một nhóm, một tổ chức có nhiều cá nhân, nhiều bộ phận nên để có thể tổ chức hoạt động hiệu quả, phối hợp nhịp nhàng thì các cá nhân phải có sự tiếp xúc với nhau để trao đổi, bàn bạc, phân công công việc cũng như phổ biến tiến trình cách thức thực hiện công việc thì mới có thể tạo sự thống nhất, hiệu quả trong công việc chung. Nhờ chức năng này, con người có thể phối hợp cùng nhau để giải quyết một nhiệm vụ nhất định đạt tới mục tiêu đề ra trong quá trình giao tiếp.

c. Chức năng điều khiển, điều chỉnh hành vi

Chức năng này thể hiện ở sự tác động, ảnh hưởng lẫn nhau trong giao tiếp. Đây là một chức năng quan trọng trong giao tiếp vì trong quá trình giao tiếp cá nhân có thể tác động, gây ảnh hưởng đến người khác đồng thời người khác cũng có thể tác động, gây ảnh hưởng đối với cá nhân đó. Qua đó, cá nhân có thể điều chỉnh hành vi của mình cũng như điều khiển hành vi của người khác trong giao tiếp. Trong giao tiếp, cá nhân có thể tác động đến động cơ, mục đích, quá trình ra quyết định và hành động của người khác.

d. Chức năng xúc cảm

Chức năng này giúp con người thỏa mãn những nhu cầu xúc cảm, tình cảm. Trong giao tiếp, cá nhân có thể biểu lộ thái độ, tâm trạng của mình đối với người khác cũng như có thể bộc lộ quan điểm, thái độ về một vấn đề nhất định. Ngược lại, qua giao tiếp cá nhân cũng có thể nhận biết những xúc cảm, tình cảm nhất định của các cá nhân khác. Vì vậy giao tiếp cũng là một trong những con đường hình thành tình cảm của con người.

e. Chức năng nhận thức và đánh giá lẫn nhau

Trong quá trình giao tiếp, các chủ thể luôn diễn ra quá trình nhận thức tri thức về tự nhiên, xã hội, nhận thức bản thân và nhận thức về người khác nhằm hướng tới những mục đích khác nhau trong giao tiếp. Giao tiếp sẽ tạo điều kiện thuận lợi cho con người trong quá trình nhận thức tri thức về tự nhiên, xã hội giúp con người lĩnh hội được khối lượng kiến thức khổng lồ của nhân loại. Bên cạnh đó, giao tiếp là phương tiện giúp cá nhân tự nhận thức bản thân. Qua đó, cá nhân tiếp thu những đánh giá của người khác về bản thân mà từ đó có sự đối chiếu và tự nhận thức, tự đánh giá lại, tự điều chỉnh bản thân. Ngược lại, cá nhân cũng có sự nhận thức người khác qua giao tiếp nhằm tìm hiểu, đánh giá về đối tượng mình giao tiếp từ đó mà có sự định hướng phù hợp trong giao tiếp.

f. Chức năng giáo dục và phát triển nhân cách

Thông qua giao tiếp, con người tham gia vào các mối quan hệ xã hội mà từ đó hình thành, phát triển nhân cách của mình do đó giao tiếp là điều kiện để tâm lý, nhân cách cá nhân phát triển bình thường và thông qua giao tiếp nhiều phẩm chất của con người, đặc biệt là các phẩm chất đạo đức được hình thành và phát triển. Nói cách khác, giao tiếp giúp con người tiếp nhận những kinh nghiệm và những chuẩn mực thông qua đó có sự hình thành và phát triển nhân cách một cách toàn diện trên bình diện con người - cá nhân. Chính những chức năng này của giao tiếp cũng ảnh hưởng và tạo nên vai trò hết sức độc đáo của giao tiếp. Giao tiếp ảnh hưởng đến sự phát triển của cá nhân cũng như ảnh hưởng đến đời sống xã hội của con người và là điều kiện của sự tồn tại và phát triển xã hội.

2.2.3. *Phân loại giao tiếp*

Dựa trên những tiêu chí khác nhau thì cách phân loại giao tiếp cũng khác nhau:

➢ *Căn cứ vào phương tiện giao tiếp*

- Giao tiếp bằng ngôn ngữ:

Giao tiếp bằng ngôn ngữ là hình thức giao tiếp đặc trưng của con người bằng cách sử dụng những tín hiệu chung là từ, ngữ. Đây là hình thức giao tiếp phổ biến nhất và đạt hiệu quả cao. Ngôn ngữ là các tín hiệu được quy ước chung trong một cộng đồng nhằm chỉ các sự vật hiện tượng gọi chung là nghĩa của từ. Người ta dùng từ để giao tiếp theo một ý nhất định. Tiếng nói và chữ viết trong giao tiếp ngôn ngữ thể hiện cả ý và nghĩa khi giao tiếp.

- Giao tiếp phi ngôn ngữ:

Giao tiếp phi ngôn ngữ là hình thức giao tiếp không lời khi sử dụng các cử chỉ, điệu bộ và những yếu tố phi ngôn ngữ khác. Giao tiếp phi ngôn ngữ thực hiện những hành động, cử chỉ - điệu bộ, những yếu tố thuộc về sắc thái hành vi, những phương tiện khác đòi hỏi người giao tiếp phải hiểu về nhau một cách tương đối.

➢ *Căn cứ vào khoảng cách giao tiếp*

- Giao tiếp trực tiếp:

Giao tiếp trực tiếp là hình thức giao tiếp mặt đối mặt khi các chủ thể trực tiếp phát và nhận tín hiệu của nhau.

- Giao tiếp gián tiếp:

Giao tiếp gián tiếp là hình thức giao tiếp qua thư từ, phương tiện kỹ thuật hoặc những yếu tố đặc biệt khác.

➢ *Căn cứ vào quy cách giao tiếp*

- Giao tiếp chính thức:

Giao tiếp chính thức là hình thức giao tiếp diễn ra theo quy định, theo chức

trách. Các chủ thể trong giao tiếp phải tuân thủ những yêu cầu, quy định nhất định.

- Giao tiếp không chính thức:

Giao tiếp không chính thức là hình thức giao tiếp không bị ràng buộc bởi các nghi thức mà dựa vào tính tự nguyện, tự giác, phụ thuộc vào nhu cầu hứng thú, cảm xúc của các chủ thể.

2.2.4. *Đặc điểm của giao tiếp*

Khi phân tích các đặc điểm của giao tiếp, có thể nhận thấy giao tiếp là nhu cầu đặc thù của con người, mang tính ý thức cao và đó là hoạt động tương tác giữa con người với con người. Trên cơ sở đó, có thể đề cập đến các đặc điểm cơ bản sau của giao tiếp:

a. Giao tiếp luôn mang tính mục đích

Giao tiếp là yếu tố không thể thiếu trong đời sống của con người. Giao tiếp là đặc trưng của hoạt động con người nên nó gắn liền với tính mục đích. Sự khác nhau giữa hoạt động ở con người và con vật chính là tính mục đích. Khi con người thực hiện những hành động dù đơn giản hay phức tạp, khi con người tiến hành các hoạt động khác nhau, tính mục đích luôn bị chi phối rõ là tôi làm để nhằm mục đích gì đạt được cái gì...

Tính mục đích trong giao tiếp cũng thể hiện rõ thông qua việc tiến hành các cuộc giao tiếp, thiết lập các mối quan hệ xã hội hay thực hiện các hành vi giao tiếp. Mục đích ở đây được hiểu đó là mô hình kết quả mà con người suy nghĩ dưới dạng một sản phẩm độc đáo và đặc trưng của tư duy. Mục đích ấy chính là kết quả mang ý nghĩa tinh thần hay ý nghĩa trên bình diện tâm lý - tình cảm mà không hẳn là những lợi lộc hay những gì thuộc về vật chất.

Khi xác lập giao tiếp, con người có quyền suy nghĩ về mục đích của cuộc giao tiếp. Đó có thể là một cảm xúc được thăng hoa, đó có thể là một mối quan hệ mới được thiết lập về sau, đó có thể là việc gây những ấn tượng tích cực, đó có thể là việc gây hiệu ứng lưu luyến, đó từng có thể là "chút" chất keo bồi đắp cho tình cảm... Con người nhận ra mục đích của chính mình trong giao tiếp hay chưa nhận ra một cách rõ ràng về mục đích của chính mình không quan trọng bằng việc con người tìm được những hiệu ứng đích thực trong giao tiếp. Đó chính là mục đích sâu xa nhất mà giao tiếp xác lập để đem lại những kết quả sâu sắc nhất nhằm phục vụ cho cá nhân, xã hội và của con người nói chung.

b. Giao tiếp là sự tác động giữa chủ thể với chủ thể

Nếu như với hoạt động thì mối quan hệ được xác lập đó chính là mối quan hệ giữa chủ thể và đối tượng. Nói khác đi thì trong diễn trình của hoạt động, con người sẽ tác động vào đối tượng để thực hiện hoạt động của mình nhằm đạt một sản phẩm kép. Cũng tương tự như thế, giao tiếp cũng là sự tác động mang tính chất có định hướng

nhưng đó là sự tác động song phương và đa chiều. Trong giao tiếp sẽ không có ai là khách thể hoàn toàn hay chủ thể hoàn toàn mà cả hai đều là chủ thể tương tác một cách tích cực và chủ động.

Có thể phân tích về sự tương tác của chủ thể trong giao tiếp khi con người chủ động muốn giao tiếp với một đối tượng nào đó, con người luôn xem chính họ là chủ thể vì nhất thiết phải hiểu về họ, tôn trọng họ mới có thể tiến hành cuộc giao tiếp thành công. Ngay cả khi chúng ta sử dụng kiểu nói độc thoại cũng đừng quên rằng tính chủ thể của người nghe cũng thể hiện một cách sâu sắc trong sự tương tác. Ở một góc độ khác, trong quá trình giao tiếp, tính chủ thể của người nghe có thể trở thành những hành vi tán thành hay phản ứng, những hành động ủng hộ hay chống đối. Thậm chí cuộc nói chuyện có thể bị phá vỡ nếu như tính chủ thể của người nghe bị kích thích và "bật dậy" mạnh mẽ khi không có sự thích ứng hay sự chấp nhận trong giao tiếp diễn ra.

Tính chủ thể tương tác này còn được nhìn nhận và phân tích khi mỗi con người đều có thể khác nhau trong giao tiếp. Từ nhận thức đến tình cảm và những yếu tố tâm lý có liên quan làm cho tính chủ thể mang màu sắc đặc trưng và trở nên độc đáo. Trong quá trình giao tiếp, ban đầu việc xác định một chủ thể tưởng chừng như rõ ràng nhưng trong tiến trình giao tiếp sự đổi vai có thể nhanh chóng diễn ra. Chủ thể thứ hai có thể trở nên rất chủ động và thậm chí lấn át chủ thể thứ nhất. Tiến trình giao tiếp diễn ra thì sự thay đổi này cũng có thể liên tục diễn ra và sự tương tác giữa hai chủ thể trở nên hết sức sâu sắc. Nói khác đi, trong giao tiếp không có ai là khách thể mà cả hai đều là chủ thể, đều là những chủ thể tương tác một cách tích cực và chủ động.

c. Giao tiếp mang tính phổ biến

Giao tiếp có tình phổ biến vì mọi cá nhân, mọi con người đều có nhu cầu giao tiếp. Trong suốt tiến trình phát triển, trong những mối quan hệ khác nhau, con người đều thực hiện nhu cầu giao tiếp của chính mình. Có thể nhận thấy điều này khi những nghiên cứu tâm lý minh chứng rằng con người có nhu cầu giao tiếp ngay từ lúc còn trong bụng mẹ. Khi vừa được sinh ra, con người mong chờ được giao tiếp thông qua những tác động đầy cảm xúc của cha mẹ và người nuôi dưỡng trong giai đoạn từ 0 - 2 tháng tuổi khi hoạt động chủ đạo của trẻ là hoạt động giao lưu cảm xúc trực tiếp với người lớn. Nhu cầu giao tiếp này tiếp tục phát triển và thể hiện tính độc đáo của nó ở những độ tuổi khác nhau.

Xét ở những cá thể khác nhau, tính phổ biến này còn thể hiện ở giới tính, sự phát triển các giác quan, sự phát triển trí tuệ. Những người câm điếc vẫn thể hiện nhu cầu giao tiếp và giao tiếp tích cực với nhau thông qua hành vi - cử chỉ. Những trẻ em có vấn đề về trí tuệ vẫn mong mỏi được giao tiếp và thực hiện nhu cầu giao tiếp theo hướng riêng của mình. Nói khác đi, tính phổ biến của giao tiếp cho thấy giao tiếp không phụ thuộc hay không bị "nghiêm cấm" bởi những yếu tố về giới tính hay đặc điểm nhận thức.

Tính phổ biến của giao tiếp còn thể hiện ở việc giao tiếp có mặt trong hầu hết

hoạt động sống của con người. Nhu cầu giao tiếp có liên quan đến những nhu cầu cơ bản của con người. Nhu cầu giao tiếp được quy định đồng thời bởi nhiều nhu cầu khác nhau. Trong giao tiếp, con người không chỉ thỏa mãn nhu cầu giao tiếp mà còn hình thành, phát triển và thỏa mãn những nhu cầu khác. Nói khác đi, những ai có nhu cầu giao tiếp và những nhu cầu khác có mối liên quan đến nhu cầu giao tiếp, đều mong muốn được giao tiếp để thỏa mãn nhu cầu của chính mình. Tính phổ biến của giao tiếp được minh chứng sâu sắc thông qua mối quan hệ đặc biệt đó.

2.3. MỐI QUAN HỆ GIỮA HOẠT ĐỘNG VÀ GIAO TIẾP

Hoạt động và giao tiếp là hai khái niệm phản ánh hai loại quan hệ của con người với thế giới xung quanh. Trong hoạt động đối tượng, con người là chủ thể tác động vào thế giới đồ vật là khách thể, là sự phản ánh mối quan hệ giữa con người với thế giới đồ vật. Giao tiếp là sự phản ánh mối quan hệ giữa con người với con người, đó là quan hệ giữa chủ thể với chủ thể.

Ở một góc độ nhất định, giao tiếp là một dạng đặc biệt của hoạt động vì giao tiếp cũng có những đặc điểm như hoạt động, cũng có cấu trúc vĩ mô như hoạt động bao gồm: động cơ, mục đích, điều kiện - phương tiện, đối tượng, sản phẩm... Điều này có thể nhận thấy rất rõ thông qua hoạt động giao tiếp của cá nhân hoặc nhóm người khi phân tích diễn tiến của nó trong cuộc sống.

Ở một góc độ khác, hoạt động và giao tiếp là hai phạm trù đồng đẳng. Hoạt động và giao tiếp có nhiều điểm khác nhau nhưng chúng có mối quan hệ mật thiết với nhau trong cuộc sống con người. Có thể phân tích sâu hơn về mối quan hệ đó như sau:

+ Giao tiếp diễn ra như một điều kiện của hoạt động. Trong từng hoạt động cụ thể, khi tương tác cùng nhau, khi phối hợp cùng nhau, con người luôn cần có sự giao tiếp cùng nhau, giao tiếp để hiểu biết, giao tiếp để triển khai hoạt động, giao tiếp để động viên, giao tiếp cùng nhau hướng đến mục tiêu của hoạt động. Trong trường hợp này, giao tiếp là một mặt của hoạt động, trở thành một thành phần của hoạt động.

+ Ngược lại, hoạt động có thể là điều kiện để thực hiện quan hệ giao tiếp giữa con người với con người. Cụ thể như chỉ khi hoạt động cùng nhau, làm việc cùng nhau, con người mới có thể giao tiếp một cách tích cực và hiệu quả mà trong những trường hợp khác thì giao tiếp gần như rất khó có thể diễn ra.

Như vậy, giao tiếp là điều kiện để con người hoạt động cùng nhau. Ngược lại, hoạt động là điều kiện để con người thực hiện quan hệ giao tiếp. Nói như thế nghĩa là hoạt động và giao tiếp là hai mặt không thể thiếu của đời sống con người.

2.4. VAI TRÒ CỦA HOẠT ĐỘNG VÀ GIAO TIẾP TRONG SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ NGƯỜI

Cơ sở của Tâm lý học Marxist xác định rằng tâm lý không phải là cái có sẵn trong con người cũng không phải là sản phẩm được sản sinh ra một cách giản đơn - thuần túy từ một cơ quan nào đó của con người theo kiểu khép kín. Những nghiên cứu tâm lý cho thấy vật chất là cái thứ nhất, tâm lý là cái thứ hai, tồn tại quyết định tâm lý.

Những luận điểm về tâm lý người cho thấy tâm lý người có nguồn gốc từ thế giới khách quan bên ngoài. Nội dung tâm lý là nội dung của hiện thực khách quan được phản ánh vào trong não và được cải biến trong ấy.

Mặt khác, trong thế giới khách quan đang hiện hữu, hệ thống kinh nghiệm lịch sử, xã hội quyết định tâm lý người. Bằng hoạt động và giao tiếp, con người biến những kinh nghiệm xã hội lịch sử thành cái riêng của mình mà đó chính là tâm lý. Nếu như con người không hoạt động và giao tiếp thì không thể có những kinh nghiệm, không thể có những kiến thức và kỹ năng tương ứng và chắc chắn không thể có tâm lý hay không thể có sự phát triển về mặt tâm lý. Nói khác đi, nội dung hoạt động và giao tiếp có thể dần dần chuyển thành nội dung trong đời sống tâm lý con người. Đó có thể là những chuẩn mực, những nguyên tắc, những yếu tố thuộc về luân lý, đạo đức và nhiều vấn đề khác sẽ trở thành nội dung đời sống hay nội dung tâm lý của con người.

Hơn thế nữa, trong hoạt động và giao tiếp cùng với thế giới xung quanh con người sẽ có sự tương tác tích cực để tạo ra những dấu ấn mới trong sự phát triển tâm lý. Từ sự tương tác với môi trường và người khác trong hoạt động và giao tiếp, con người sẽ nâng mình lên một tầm cao mới, một mức độ phát triển mới tương ứng từ đó tạo ra mang dấu ấn của sự phát triển tâm lý. Ngay trong quá trình hoạt động và giao tiếp, con người sẽ chủ động lĩnh hội, chủ động tích lũy và chủ động đổi thay một cách thích ứng, đó cũng chính là những lực đẩy thôi thúc hay thúc đẩy tâm lý người phát triển.

Nói khác đi, hoạt động và giao tiếp vừa là động lực của sự hình thành và phát triển tâm lý đồng thời tâm lý người cũng chính là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp.

PHẦN TÓM TẮT

– Khái niệm và hai quá trình của hoạt động: hoạt động là mối quan hệ tác động qua lại giữa con người và thế giới (khách thể) để tạo ra sản phẩm cả về phía thế giới, cả về phía con người (khách thể), hai quá trình của hoạt động gồm: khách thể hóa và chủ thể hóa.

– Các đặc điểm của hoạt động: tính chủ thể, tính đối tượng, tính mục đích và hoạt động vận hành theo nguyên tắc gián tiếp.

– Cấu trúc của hoạt động gồm các thành tố theo mối quan hệ ngang, dọc đa chiều: hoạt động - động cơ, hành động - mục đích, thao tác điều kiện, phương tiện nhằm tạo ra sản phẩm kép trong dòng của hoạt động. Cấu trúc hoạt động là một cấu trúc động. Có thể nhận thấy tính chất động của cấu trúc này thông qua sự tồn tại một cách độc lập của từng thành tố cũng như mối liên hệ rất mật thiết của chúng. Khi tiến hành hoạt động, về phía chủ thể bao gồm ba thành tố: hoạt động, hành động và thao tác. Nó mô tả mặt kỹ thuật của hoạt động. Về phía khách thể thì bao gồm: động cơ, mục đích, phương tiện nó tạo nên "nội dung đối tượng" của hoạt động. Chính trong cấu trúc này, tính độc lập tương đối và sự chuyển hóa lẫn nhau giữa các thành tố được thực hiện mà đặc biệt là giữa hành động và mục đích.

– Khái niệm và đặc điểm của giao tiếp: giao tiếp là sự tiếp xúc tâm lý giữa người với người thông qua đó con người trao đổi thông tin, cảm xúc, tác động qua lại và ảnh hưởng lẫn nhau mà trong đó giao tiếp xác lập và vận hành các mối quan hệ người - người, hiện thực hóa các quan hệ xã hội giữa chủ thể này và chủ thể khác. Giao tiếp có những đặc điểm sau: tính mục đích, tính phổ biến, sự tác động giữa chủ thể với chủ thể.

– Mối quan hệ giữa hoạt động và giao tiếp: giao tiếp là một dạng đặc biệt của hoạt động vì nó cũng có những đặc điểm như hoạt động, cũng có cấu trúc vĩ mô như hoạt động. Hoạt động và giao tiếp là hai phạm trù đồng đẳng. Hoạt động và giao tiếp có nhiều điểm khác nhau nhưng chúng có mối quan hệ mật thiết với nhau trong cuộc sống con người. Giao tiếp là điều kiện để con người hoạt động cùng nhau. Ngược lại, hoạt động là điều kiện để con người thực hiện quan hệ giao tiếp. Nói như thế nghĩa là hoạt động và giao tiếp là hai mặt không thể thiếu của đời sống của con người.

– Tâm lý người là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp, đồng thời hoạt động và giao tiếp cũng là động lực của sự hình thành và phát triển tâm lý.

Chương 3. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ, Ý THỨC

Tâm lý, ý thức có quá trình nảy sinh hình thành và phát triển. Tâm lý học xem xét sự hình thành phát triển tâm lý, ý thức cả trên phương diện loài người (phát triển chủng loại) và cả trên phương diện từng người (phát triển cá thể).

Tâm lý, ý thức là một dạng phản ánh của vật chất, chúng là kết quả của sự phát triển lâu dài của vật chất. Sự phát triển này trải qua ba giai đoạn lớn:

- Từ vật chất chưa có sự sống phát triển thành vật chất có sự sống.
- Từ sinh vật chưa có cảm giác phát triển thành sinh vật có cảm giác.
- Từ động vật chưa có ý thức phát triển thành con người có ý thức.

3.1. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ

3.1.1. *Sự hình thành và phát triển tâm lý trên phương diện chủng loại*

3.1.1.1. Sự xuất hiện phản ánh tâm lý trong giới sinh vật

Sự nảy sinh và phát triển tâm lý gắn liền với sự sống. Sự sống ra đời cách đây khoảng 2500 triệu năm, từ đó thế giới sinh vật được hình thành. Khác hẳn với thế giới vô sinh, thế giới sinh vật có những hình thức phản ánh hiện thực xung quanh đặc biệt.

Các sinh vật chưa có tế bào thần kinh hoặc có mạng thần kinh phân tán khắp cơ thể đã có tính nhận kích thích. Tính nhận kích thích là khả năng đáp trả lại các kích thích ngoại giới ảnh hưởng trực tiếp tới sự sinh tồn của cơ thể.

Ví dụ: Xoang tràng, amip... đáp lại các kích thích thức ăn, chất độc tác động trực tiếp tới cơ thể.

Trên cơ sở tính chịu kích thích, các sinh vật có hệ thần kinh mấu hạch (giun, nhện, ong...) đã phát triển thành tính cảm ứng. Tính cảm ứng là khả năng đáp trả lại các kích thích có ảnh hưởng trực tiếp và gián tiếp tới sự sinh tồn của cơ thể. Đơn cử như con nhện phản ứng với sự rung của mạng nhện - kích thích gián tiếp báo hiệu có mồi.

Tính cảm ứng được coi là mầm mống của phản ánh tâm lý, là hình thức phản ánh tâm lý đầu tiên, thấp nhất (cảm giác). Cùng với sự phát triển vật chất ở các trình độ ngày một cao, các hiện tượng tâm lý phức tạp khác được ra đời và phát triển.

3.1.1.2. Các thời kỳ phát triển tâm lý

Sự phát triển tâm lý của loài người được xem xét theo hai phương diện: cấp độ phản ánh tâm lý và cấp độ hành vi.

Xét theo cấp độ phản ánh, tâm lý phát triển qua ba thời kỳ từ thấp đến cao

* Thời kỳ cảm giác

Thời kỳ cảm giác là thời kỳ đầu tiên của của phản ánh tâm lý, xuất hiện ở động

vật không xương sống. Thời kỳ này, động vật chỉ có khả năng đáp ứng từng kích thích riêng lẻ từ môi trường.

Ví dụ: Con kiến phản ứng với mùi thức ăn, con giun phản ứng với kích thích ánh sáng nhờ tế bào cảm quang nằm dưới da…

* Thời kỳ tri giác

Ở thời kỳ này, sinh vật có khả năng phản ánh một tổ hợp kích thích (trọn vẹn một sự vật) khi tác động vào cơ thể. Tri giác xuất hiện ở động vật có xương sống. Ví dụ: Cá lao tới con mồi dựa vào tập hợp trọn vẹn các dấu hiệu (hình dáng, tập tính, màu sắc... của con mồi).

* Thời kỳ tư duy

Đặc trưng của thời kỳ này là động vật có khả năng phản ánh được mối liên hệ khá phức tạp giữa nhiều sự vật với nhau. Khả năng tư duy bằng tay xuất hiện ở vượn người nhằm giải quyết những tình huống thực tiễn. Cụ thể như, vượn người tìm ra logic của mối liên hệ hợp lý giữa chiều cao trần nhà với các cây gậy và ghế để lấy thức ăn. Tư duy bằng ngôn ngữ là loại tư duy cao nhất chỉ có ở người, là khả năng phản ánh gián tiếp, khái quát và mối quan hệ bản chất có tính quy luật của các sự vật hiện tượng. Tư duy ngôn ngữ giúp con người tách ra khỏi hoạt động trực tiếp để hình dung trước và tổ chức hoạt động đạt chất lượng cao.

Xét theo cấp độ hành vi, các hành động của người và động vật phát triển từ thấp đến cao theo ba mức độ và cũng là ba kiểu hành vi (phương thức hành vi ổn định đặc trưng của sinh vật đối với những điều kiện sống).

* Hành vi bản năng

Hành vi bản năng là hành vi mang tính di truyền có cơ chế sinh lý là những chuỗi phản xạ không điều kiện giúp sinh vật thỏa mãn những nhu cầu cơ thể.

Ví dụ: Ong xây tổ, tò vò làm tổ dự trữ thức ăn, gà ấp trứng... Bản năng là năng lực tự nhiên, nhờ đó mà các thế hệ sau không cần huấn luyện vẫn có thể làm được để tồn tại và phát triển.

* Hành vi kỹ xảo

Hành vi kỹ xảo là kiểu hành vi mới do cá thể tự tạo trong đời sống bằng cách luyện tập hay lặp lại nhiều lần đến độ thuần thục. Hành vi kỹ xảo giúp cho sinh vật có khả năng thích nghi mềm dẻo hơn, linh hoạt hơn trong môi trường sống luôn thay đổi.

Ví dụ: Chim bồ câu đưa thư, khỉ làm xiếc, ong bay theo những đường bay theo sự huấn luyện...

* Hành vi trí tuệ

Hành vi trí tuệ là hành vi hình thành trong đời sống, đặc trưng cho động vật bậc cao có não phát triển, nhằm giải quyết những tình huống luôn biến đổi trong những

điều kiện mới lạ chưa có trong vốn kinh nghiệm của cá thể. Ở động vật, hành vi trí tuệ hướng vào giải quyết những tình huống cụ thể liên quan đến việc thỏa mãn nhu cầu sinh học (ăn uống, tự vệ...). Hành vi trí tuệ của con người nảy sinh trong hoạt động hướng vào việc giải quyết những tình huống đa dạng, mang tính xã hội để thích ứng, cải tạo hiện thực, làm nên những giá trị vật chất, tinh thần phong phú.

Cả ba hình thức phản ánh và ba hình thức hành vi trên đều có ở người và động vật, nhưng ở người tất cả đều diễn ra với sự khác xa về chất, đó là sự phản ánh có ý thức và hành vi có ý thức.

3.1.2. *Sự hình thành và phát triển tâm lý trên phương diện cá thể người*

3.1.2.1. Khái niệm sự phát triển tâm lý trên phương diện cá thể

Sự phát triển tâm lý của mỗi con người từ khi sinh ra cho đến khi kết thúc cuộc sống trải qua nhiều giai đoạn lứa tuổi. Sự phát triển tâm lý cá nhân là tiến trình chuyển đổi liên tục từ cấp độ này sang cấp độ khác ở mỗi cấp độ lứa tuổi, sự phát triển tâm lý đạt tới một chất lượng mới và diễn ra theo những quy luật đặc thù. Việc xác định chính xác những giai đoạn phát triển tâm lý, chỉ ra quy luật đặc thù của sự phát triển theo từng giai đoạn lứa tuổi cũng như cơ chế chuyển từ giai đoạn lứa tuổi này sang giai đoạn lứa tuổi khác có ý nghĩa quan trọng về mặt lý luận và thực tiễn.

L.X.Vygotsky xem lứa tuổi như một thời kỳ, một mức độ phát triển nhất định. Ông căn cứ vào những thời điểm mà sự phát triển tâm lý có những đột biến để xác định thời kỳ phát triển tâm lý. Đặc điểm đưa lý ở mỗi giai đoạn lứa tuổi được quyết định bởi tổ hợp của nhiều yếu tố: đặc điểm của hoàn cảnh sống và đặc điểm cơ thể, đặc điểm của những yêu cầu đề ra cho trẻ ở giai đoạn đó, mối quan hệ của trẻ với thế giới xung quanh, trình độ tâm lý mà trẻ đã đạt được ở các giai đoạn trước.

A.N.Leonchiev cho rằng, sự phát triển tâm lý người gắn liền với sự phát triển hoạt động, trong đó có những hoạt động đóng vai trò chính trong sự phát triển (hoạt động chủ đạo).

Hoạt động chủ đạo là hoạt động quy định những biến đổi chủ yếu nhất trong các quá trình tâm lý căn bản ở từng giai đoạn lứa tuổi, đồng thời nó quy định tính chất của các hoạt động khác trong cùng độ tuổi.

3.1.2.2. Các giai đoạn phát triển tâm lý theo lứa tuổi.

***** Giai đoạn tuổi sơ sinh và hài nhi

– Tuổi sơ sinh 0 - 2 tháng:

Tuổi này là tuổi "ăn ngủ", phối hợp các phản xạ bẩm sinh, động tác bột phát, thực hiện các chức năng sinh lý người.

– Tuổi hài nhi 2 - 12 tháng:

Hoạt động chủ đạo ở tuổi này là giao tiếp cảm xúc trực tiếp, biểu hiện ở những động tác biểu cảm trong quan hệ với người lớn trước hết là cha mẹ.

* Giai đoạn trước tuổi học

– Tuổi vườn trẻ 1- 2 tuổi:

Hoạt động chủ đạo là hoạt động với đồ vật, bắt chước hành động sử dụng đồ vật, tìm tòi khám phá sự vật và chức năng của đồ vật xung quanh.

– Tuổi mẫu giáo:

Ở tuổi này, vui chơi là hoạt động chủ đạo (trung tâm là trò chơi sắm vai). Tuổi này ý thức xuất hiện, trẻ lĩnh hội các chuẩn mực hành vi, có những rung cảm đạo đức và thẩm mỹ, tư duy trực quan hình tượng, bắt đầu có tư duy ngôn ngữ và phát triển hành vi có chủ định.

* Giai đoạn tuổi đi học

– Tuổi nhi đồng (học sinh tiểu học) 6 - 11 tuổi:

Hoạt động chủ đạo của tuổi này là hoạt động học tập, lĩnh hội tri thức phương pháp và công cụ nhận thức. Trẻ hiếu động, ham tìm tòi khám phá những sự vật, hiện tượng xung quanh.

– Tuổi thiếu niên (học sinh phổ thông cơ sở) 12 - 15 tuổi:

Hoạt động chủ đạo của tuổi này là hoạt động giao tiếp nhóm bạn. Đây là tuổi vươn lên làm người lớn, trẻ muốn được đối xử như người lớn, hình thành nhiều phẩm chất tâm lý mới như nhu cầu tình bạn, khả năng tự ý thức, năng lực đánh giá...

– Tuổi đầu thanh niên (học sinh phổ thông trung học) 15 - 18 tuổi:

Hoạt động học tập hướng nghiệp là hoạt động chủ đạo. Đây là tuổi của sự hình thành thế giới quan, định hướng và chuẩn bị nghề nghiệp, ham hoạt động xã hội, nhu cầu có bạn thân và xuất hiện mối tình đầu. Tuổi của sự làm chủ từng bước các quan hệ xã hội.

– Tuổi thanh niên sinh viên 18 - 24, 25 tuổi:

Hoạt động chủ đạo là học tập nghề nghiệp. Đặc trưng của tuổi này là sự phát triển toàn diện về thể chất, ý thức và nhân cách.

* Giai đoạn tuổi trưởng thành 24, 25 tuổi trở đi

Hoạt động chủ đạo là lao động. Tuổi của sự phát triển khả năng sáng tạo, nội dung nhân cách mang đặc điểm nghề nghiệp.

* Giai đoạn tuổi già từ 55 - 60 trở đi

Đây là giai đoạn nghỉ ngơi, các phản ứng chậm dần, mong muốn được truyền đạt những kinh nghiệm đã tích lũy được cho thế hệ sau.

3.2. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN Ý THỨC

3.2.1. *Khái niệm chung về ý thức*

3.2.1.1. Định nghĩa

Theo nghĩa thông thường, ý thức dùng để chỉ những thái độ hay ứng xử của con người mà họ nhận biết được tính chất hợp lý, đúng đắn dựa trên sự tuân thủ những quy định của pháp luật hay chuẩn mực, yêu cầu của các nhóm xã hội, cộng đồng. Ý thức theo nghĩa này là có hiểu biết, tự giác và hành động phù hợp. Chẳng hạn như, ý thức chấp hành luật giao thông, ý thức được tính chất quan trọng của kỳ thi tuyển sinh đại học... là những biểu hiện của sự hiểu biết và tính tự giác của ý thức.

Dưới góc độ Triết học, ý thức là một trong hai phạm trù cơ bản, đối lập của phạm trù vật chất. Triết học Marx - Lenin coi ý thức là tính thứ hai, có sau vật chất và do vật chất quyết định, ý thức là tồn tại được nhận thức.

Dưới góc độ Tâm lý học, ý thức là hiện tượng tâm lý của con người cụ thể, là mức độ phản ánh tâm lý cao nhất trong các hình thức phản ánh tâm lý. Con người nhờ hệ thống tín hiệu thứ hai đã tách các đối tượng của hiện thực ra khỏi hoạt động trực tiếp để hiểu biết gián tiếp và khái quát, đầy đủ và sâu sắc hơn. Từ đó hình dung trước và lập kế hoạch hợp lý cho hành động để điều khiển hành động có mục đích của con người đạt chất lượng cao.

Ý thức là hình thức phản ánh tâm lý cao nhất chỉ riêng con người mới có, phản ánh bằng ngôn ngữ, là khả năng con người hiểu được những tri thức mà con người đã tiếp thu được.

Hiện thực khách quan tác động vào não, làm nảy sinh những hình ảnh tâm lý (phản ánh tâm lý). Hình ảnh tâm lý này lại trở thành đối tượng của sự phản ánh tiếp theo, phản ánh lần hai (phản ánh lại những gì đã phản ánh). Nói khác đi, ý thức là phản ánh của phản ánh.

Phản ánh tâm lý cho con người nhận thức (hiểu biết) về hiện thực xung quanh. Từ những hiểu biết này con người sàng lọc và suy luận từ những hiểu biết đã có để đi đến những hiểu biết cao hơn, rộng hơn, đầy đủ và bao quát hơn... Như vậy, ý thức là hiểu biết của hiểu biết (nhận thức của nhận thức).

3.2.1.2. Đặc điểm của ý thức

a. Tính nhận thức

Tính nhận thức là đặc điểm quan trọng, đồng thời cũng là dấu hiệu đầu tiên của ý thức. Tính nhận thức thể hiện ở chỗ khi có ý thức về vấn đề nào thì con người có những hiểu biết nhất định về nó, đơn cử như ý thức rèn luyện nghề nghiệp của sinh viên sư phạm thể hiện ở sự nhận thức về những phẩm chất, năng lực của người giáo viên trong tương lai mà mình cần phấn đấu để có được. Mặt khác, ở tầng bậc có ý thức bao giờ con người cũng nhận biết về những hiện tượng tâm lý đang xảy ra trong chính bản thân mình. Nói cách khác, có ý thức đồng nghĩa với có hiểu biết.

b. Sự biểu thị thái độ

Cùng với nhận thức, trong ý thức còn thể hiện ở thái độ với thế giới xung quanh. Thái độ thể hiện ở những rung cảm với cái mà con người nhận thức (yêu hay ghét, sợ hay thích, đồng tình hay phản đối, chấp nhận hay chê bai...). Ví dụ: Người có ý thức chấp hành luật giao thông sẽ có thái độ khó chịu, phê phán những người cố tình vi phạm luật giao thông. Sự biểu thị thái độ cũng là dấu hiệu đề đánh giá con người có ý thức hay không và ý thức như thế nào trong cuộc sống.

c. Tính chủ định dự kiến hành vi

Tính chủ tâm và dự kiến trước cho hành vi là đặc trưng của ý thức. Con người có ý thức luôn chủ định xác định mục đích cho hành động của mình, đồng thời chủ động lập dự án kế hoạch cho hành động, tổ chức hành động ở trong não trước khi tiến hành trong thực tế. Ý thức giúp con người "đi trước", "thấy trước" hành động để điều khiển hành động hợp lý.

Như vậy, ý thức là chức năng cao nhất của tâm lý. Ý thức tiếp nhận những thông tin trong môi trường và thông tin về bản thân, chọn lọc và biểu thị những những rung cảm tương ứng, từ đó vạch ra kế cách hành động thích hợp và hiệu quả. Với những đặc điểm này, ý thức được coi là khả năng nhận thức và điều khiển hành vi cao nhất của con người với thế giới.

3.2.1.3. Cấu trúc của ý thức

Ý thức là một cấu trúc bao gồm nhiều thành phần trong mối quan hệ thống nhất với nhau. Sự kết hợp những thành phần này làm nên nội dung của ý thức con người. Những thành phần đó là: mặt nhận thức, mặt thái độ và mặt năng động của ý thức.

a. Mặt nhận thức

Ý thức bao gồm quá trình nhận thức của con người về thế giới, quá trình này có thể ở mức độ nông, sâu khác nhau. Mặt nhận thức là cơ sở cho thái độ và hành động của con người, mặt hành động vừa thể hiện vừa tạo điều kiện phát triển hai mặt kia.

Các quá trình nhận thức cảm tính cho con người những hiểu biết đầu tiên về thế giới, đó là những hình ảnh trực quan, sinh động và phong phú. Những cảm nhận về thế giới vừa là mối liên hệ ban đầu, vừa là khởi nguồn của hiểu biết.

Các quá trình nhận thức lý tính đem đến những hiểu biết sâu sắc, bản chất của thế giới. Nhờ sự phân tích, tổng hợp và khái quát con người không chỉ hiểu biết về thế giới nhiều chiều trong những mối liên hệ và quan hệ phức tạp mà còn tìm ra quy luật tồn tại, phát triển của chúng. Nhận thức lý tính là thành phần cơ bản của ý thức.

b. Mặt thái độ

Ý thức bao gồm một hệ thống thái độ của con người thể hiện trong các hoạt động đa dạng. K.Marx: "Thái độ của tôi đối với môi trường là ý thức của tôi".

c. Mặt năng động (mặt hành động)

Ý thức tạo cho con người khả năng bắt những hành động của mình phù hợp với

những biểu tượng, ý nghĩ nảy sinh trong bản thân. Ý thức thể hiện ra bên ngoài bằng những hành vi, cử chỉ, ngôn ngữ... trong thực tiễn. Ở mặt này, con người vận dụng những hiểu biết và thái độ rung cảm của mình để tác động tới thế giới, tới người khác và tới bản thân. Kết quả là tạo ra những giá trị vật chất, tinh thần phong phú, làm thay đổi người khác và thay đổi chính bản thân. Với nghĩa này, ý thức là năng lực hành động thực tiễn.

Để giáo dục ý thức cho con người, cần phải giáo dục tổng hợp ba mặt nhận thức, thái độ và hành vi. Thiếu nhận thức dẫn tới thái độ sai và hành động mù quáng, thiếu những rung cảm sẽ dẫn đến sự máy móc và mất đi động lực hành động, thiếu hành động thì nhận thức và thái độ sẽ trở nên vô nghĩa.

3.2.2. *Các cấp độ ý thức*

3.2.2.1. Ý thức

Ý thức vừa là khái niệm chung bao quát, vừa là một cấp độ đầu tiên như một trình độ phản ánh tâm lý cao mà đặc trưng là: con người nhận thức được về thế giới khách quan, tỏ thái độ và có sự chủ tâm trong hành động, thể hiện ra bên ngoài qua những hành vi, thái độ được kiểm soát. Ở cấp độ này, ý thức hướng vào đối tượng là thế giới xung quanh, là người khác để nhận thức, tỏ thái độ và hành động phù hợp.

3.2.2.2. Tự ý thức

Là mức độ phát triển cao của ý thức, nhưng khác với ý thức ở đối tượng mà nó hướng vào. Đối tượng của tự ý thức không phải là thế giới khách quan mà là chính bản thân chủ thể ấy. Đây là mức độ cao bởi vì dựa trên sự hình thành ý thức, đến một mức độ và khả năng làm chủ nhất định, con người mới có thể tách mình ra với tư cách vừa là chủ thể, vừa là khách thể của sự nhận thức, đánh giá, tỏ thái độ và hành động với chính mình.

Tự ý thức là ý thức về bản thân, bao gồm năng lực nhận thức và xác định thái độ đối với bản thân, năng lực tự điều khiển, điều chỉnh hành vi, thái độ cũng như toàn bộ sự phát triển nhân cách. Tự ý thức biểu hiện ở những mặt sau:

- Cá nhân tự nhận thức, tự đánh giá về bản thân từ hình ảnh bên ngoài đến thế giới nội tâm, những diễn biến tâm lý, những đặc điểm nhân cách, những mối quan hệ và vị thế xã hội, những giá trị của bản thân. Việc mỗi người tự trả lời những câu hỏi như: "tôi là ai?", "tôi có vai trò gì?", "tôi là người như thế nào?", "tôi có thể làm được việc gì?", "tôi phải trở thành người như thế nào?",... là những biểu hiện của sự tự nhận thức bản thân.

- Cá nhân bày tỏ thái độ đối với bản thân bằng những rung cảm khác nhau như yêu, ghét, tự hào, xấu hổ, khinh bỉ, giận dữ, hoài nghi, trách cứ, tin tưởng, mãn nguyện... về chính mình.

- Cá nhân tự định hướng, điều khiển, điều chỉnh hành vi của bản thân theo mục

đích tự giác.

- Cá nhân tự rèn luyện, tự giáo dục và hoàn thiện bản thân.

3.2.2.3. Ý thức nhóm, ý thức tập thể

Trong hoạt động và giao tiếp, mỗi cá nhân là thành viên của những nhóm xã hội nhất định, sự liên kết các thành viên trong nhóm cũng như những chuẩn mực và quyền lợi chung của nhóm đã được phản ánh trong ý thức mỗi cá nhân. Vì thế, cá nhân không chỉ nhận thức tỏ thái độ với mọi người, với bản thân mà cao hơn nữa là với các nhóm xã hội mà họ là thành viên. Ở họ đã hình thành ý thức nhóm, ý thức tập thể, ý thức cộng đồng như: ý thức về gia đình, dòng họ, ý thức dân tộc, ý thức quê hương bản quán, ý thức về nghề nghiệp...

Ở cấp độ này, con người hành động không chỉ theo quan điểm niềm tin, nhu cầu, hứng thú riêng mà còn hành động với ý thức đại diện cho lợi ích, danh dự của một nhóm người.

Khi hành động với ý thức nhóm, con người có một sự tôn thờ, một lòng tin mạnh mẽ, một niềm tự hào và sức mạnh tinh thần để phấn đấu vượt lên trên khả năng và lợi ích của cá nhân mình. Đơn cử như một vận động viên thi đấu với sự nỗ lực vượt lên chính mình vì màu cờ sắc áo của Tổ quốc, vì niềm tin và sự khát khao chiến thắng của đông đảo người hâm mộ.

3.2.3. *Vô thức*

3.2.3.1. Định nghĩa

Ý thức không phải là hiện tượng tâm lý duy nhất ở con người. Hành động của con người còn chịu sự phối điều khiển bởi những hiện tượng tâm lý mà con người chưa nhận thức được hay còn gọi là vô thức. Có thể nhận thấy sự hiện diện và tác động của hiện tượng vô thức trong đời sống, chẳng hạn như những hành vi, lời nói bộc phát không chủ định trong lúc thức tỉnh hay trong mơ, những hành động diễn ra mà họ không hay biết, không cố ý.

Vô thức là những hiện tượng tâm lý tham gia vào việc điều khiển hành vi của con người ở tầng bậc chưa ý thức, nơi mà chức năng của ý thức không được thực hiện.

3.2.3.2. Đặc điểm của vô thức

Khi ở trạng thái vô thức, con người không nhận thức được những hiện tượng tâm lý, ý nghĩ hành vi, cảm xúc đang xảy ra trong bản thân mình. Vô thức vượt ra khỏi tầm hiểu biết của chủ thể khiến họ không thấy sự hiện hữu chi phối của nó dù nó vẫn đang diễn ra. Điển hình như người say rượu không biết về hành vi và ngôn ngữ thiếu văn hóa của mình.

- Con người không tỏ thái độ phù hợp hay nói cách khác, họ không kiểm soát, đánh giá thái độ và hành vi, ngôn ngữ của mình.

- Con người không dự kiến trước hành động của bản thân, hành vi không chủ định, diễn ra tự nhiên, đột ngột.

3.2.3.3. Một số biểu hiện của vô thức

– Những hiện tượng tâm lý thuộc về bản năng mang tính bẩm sinh, di truyền (ăn uống, tự vệ, sinh dục), nó có thể tiềm tàng chi phối một số hành vi của con người mà họ không nhận thức được và cũng không có kiểm soát được.

– Những hiện tượng tâm lý dưới ngưỡng ý thức (tiềm thức).

Ví dụ: Có khi con người thích hay sợ hãi một cái gì đó nhưng không hiểu rõ vì sao, điều thích hay sợ hãi ấy lúc thì dường như có, lúc thì lại không rõ rệt, mơ hồ.

– Những hiện tượng tâm lý xảy ra trong trạng thái ngủ tự nhiên hay nhân tạo. Ví dụ: Nói cười trong mơ ngủ, mộng du, thôi miên.

– Những hiện tượng tâm lý vốn là có ý thức, nhưng do được lặp đi lặp lại nhiều lần đến mức trở thành tự động hóa, không cần sự kiểm soát thường xuyên của ý thức mà vẫn được diễn ra. Điển hình của loại hiện tượng này là những thói quen và kỹ xảo.

– Những hiện tượng trực giác và linh cảm. Trực giác thể hiện ở việc bất ngờ có giải pháp, ý tưởng vụt sáng mà dường như không hề có sự chuẩn bị hay suy tính của con người. Trực giác và linh cảm có vai trò quan trọng và thường đồng hành trong hoạt động sáng tạo của con người. Các nhà Tâm lý học giải thích rằng đây là sự phản ánh thế giới có tính chất cục bộ của con người, hoặc đó là sản phẩm của sự phản ánh tâm lý đã tích lũy âm thầm từ lâu, nay đột nhiên biểu hiện ra chứ không phải là điều kỳ bí.

– Hiện tượng tâm thế: Khuynh hướng sẵn sàng chờ đón, tiếp nhận một điều gì đó từ hiện thực. Tâm thế như một thái độ tiềm tàng (thường ở nơi "giáp ranh" giữa vô thức và ý thức), ảnh hưởng tới tính linh hoạt và tính ổn định của hoạt động, khiến cho hoạt động diễn ra một cách mau lẹ, tự nhiên. Ví dụ: Tâm thế sẵn sàng đi học của học sinh tiểu học, tâm thế nghỉ ngơi của tuổi già. Tâm thế chính là sự chuẩn bị tâm lý trong việc đón nhận kích thích diễn ra ở tầng bậc dưới ý thức.

3.2.4. *Sự hình thành và phát triển ý thức*

Sự hình thành và phát triển ý thức được xem xét trên hai phương diện: phương diện loài người nói chung và phương diện cá nhân nói riêng.

3.2.4.1. Sự hình thành ý thức con người về phương diện loài người

Lao động là yếu tố đầu tiên, vừa là yếu tố quan trọng nhất nhờ đó mà phát triển và hoàn thiện bộ não, nảy sinh ý thức con người. Sau lao động và đồng thời với lao động là ngôn ngữ, đó là điều kiện trực tiếp của sự phát triển ý thức.

a. Vai trò của lao động đối với sự hình thành ý thức

"Trong lao động, con người thay đổi thiên nhiên, thay đổi cấu tạo cơ thể thay đổi chức năng của các cơ quan, thay đổi cách hoạt động và đồng thời thay đổi cả bản tính của mình" (K. Marx, Tư bản, NXB Sự thật Hà Nội, 1963, tr.247).

Sống trong môi trường tự nhiên, con vật chỉ biết lấy sẵn những thứ có trong tự nhiên và thích nghi với môi trường tự nhiên. Khác hẳn con vật, con người không chỉ thích nghi với môi trường mà chủ yếu tác động (lao động) làm biến đổi thiên nhiên để tạo ra những sản phẩm thỏa mãn nhu cầu của mình. Lao động là quá trình đòi hỏi phải hình dung trước kết quả, kế hoạch, chương trình, phương pháp để tạo ra sản phẩm trên cơ sở huy động toàn bộ vốn hiểu biết, năng lực trí tuệ của bản thân vào công việc. Trong lao động, con người phải chế tạo và sử dụng công cụ lao động, tiến hành các thao tác và hành động lao động tác động vào đối tượng để tạo ra sản phẩm. Qua đó, nhận thức con dưới dần dần được mở rộng, tri thức, vốn kinh nghiệm tăng lên. Kết thúc quá trình lao động, con người phân tích đánh giá về sản phẩm lao công để điều chỉnh và tìm tòi phương thức lao động mới.

Như vậy lao động là nguồn gốc khách quan đòi hỏi phải có ý thức, ý thức được hình thành, phát triển và biểu hiện trong quá trình lao động.

b. Vai trò của ngôn ngữ đối với sự hình thành ý thức

Lao động của con người mang tính xã hội, tính tập thể, những thành viên tham gia phải thống nhất hành động và hướng hành động vào việc giải quyết nhiệm vụ chung, đồng thời con người cũng cần trao đổi những ý nghĩ và tình cảm với nhau, vì thế hệ thống tín hiệu chung (ngôn ngữ) đã ra đời.

Ngôn ngữ là công cụ để xây dựng, hình dung ra mô hình tâm lý về sản phẩm và cách làm ra sản phẩm. Ngôn ngữ giúp con người có ý thức trong việc sử dụng công cụ lao động, học các thao tác lao động để làm ra sản phẩm, phân tích đánh giá sản phẩm mà mình làm ra. Nhờ ngôn ngữ mà con người phối hợp hành động và giao tiếp có hiệu quả, qua đó hình thành ý thức về bản thân mình, cũng như ý thức về người khác – "biết mình", "biết người".

3.2.4.2. Sự hình thành ý thức của cá nhân

a. Ý thức cá nhân được hình thành trong hoạt động và thể hiện trong sản phẩm hoạt động của cá nhân.

Hoạt động đòi hỏi cá nhân phải nhận thức rõ nhiệm vụ, phương thức và kết quả hành động. Trong hoạt động cá nhân huy động vốn hiểu biết, kinh nghiệm, năng lực, hứng thú, nguyện vọng của bản thân để làm ra sản phẩm. Sản phẩm hoạt động luôn chứa đựng tâm lý, ý thức của người làm ra nó. Đồng thời, thông qua giá trị sản phẩm làm ra, cá nhân "nhìn ra" được chính mình, nhận thức được vai trò xã hội của mình, từ đó có khả năng tự đánh giá, tự khiển, điều chỉnh hành vi.

Như vậy, trong hoạt động và bằng hoạt động đa dạng, cá nhân hình thành ý thức về thế giới xung quanh và về bản thân mình.

b. Ý thức cá nhân được hình thành trong giao tiếp với người khác, với xã hội.

Trong giao tiếp, cá nhân truyền đạt và tiếp nhận thông tin. Trên cơ sở nhận thức người khác, so sánh đối chiếu mình với người khác, với chuẩn mực và yêu cầu của xã

hội, mỗi người "soi mình" vào những người xung quanh, từ đó hình thành khả năng tự nhận thức và đánh giá.

c. Ý thức cá nhân được hình thành bằng con đường tiếp thu nền văn hóa xã hội, ý thức xã hội.

Mỗi cá nhân sống và hoạt động trong "cái nôi" xã hội. Nền văn hóa xã hội, ý thức xã hội là sản phẩm là thành tựu vật chất tinh thần và tri thức của loài người đã được tích lũy qua nhiều thế hệ. Nó là nền tảng của ý thức cá nhân. Thông qua các hình thức hoạt động và giao tiếp bằng con đường dạy học và giáo dục, cá nhân đã tiếp thu, kế thừa, lĩnh hội nội dung của nền văn hóa xã hội, các giá trị chuẩn mực xã hội của dân tộc và nhân loại để hình thành ý thức của chính mình.

d. Ý thức cá nhân được hình thành bằng con đường tự nhận thức, tự đánh giá, tự phân tích hành vi của bản thân.

Sự hình thành ý thức cá nhân được thực hiện trong chính quá trình cá nhân tách mình ra thành đối tượng để xem xét và suy ngẫm, tỏ thái độ và có hành động với chính mình. Qua đó, hình thành biểu tượng về chính bản thân với tất cả những ưu nhược điểm, những điều cần phấn đấu và điều chỉnh cho phù hợp theo đòi hỏi của cuộc sống, của xã hội. Đây là con đường vô cùng quan trọng để mỗi cá nhân là chủ thể của sự tự giáo dục và hoàn thiện bản thân.

PHẦN TÓM TẮT

– Tâm lý có quá trình nảy sinh và phát triển dựa trên hai phương diện: chủng loại và cá thể.

+ Trên phương diện chủng loại: tâm lý là một hình thức phản ánh nảy sinh trong quá trình tiến hóa vật chất. Từ vật chất chưa có sự sống đến sinh vật có các hình thức phản ánh tâm lý từ thấp đến cao: cảm giác, tri giác, tư duy; các mức độ hành vi: bản năng, kỹ xảo và trí tuệ.

+ Trên phương diện cá thể: sự phát triển tâm lý cá nhân là tiến trình chuyển đổi liên tục từ cấp độ này sang cấp độ khác.

– Ý thức là một hình thức phản ánh cấp cao trong tâm lý chỉ có ở người.

– Ý thức có những đặc điểm: được con người nhận thức, thể hiện sự tỏ thái độ, tính dự kiến trước hành động.

– Cấu trúc ý thức (các thành phần tâm lý trong ý thức): thành phần nhận thức, thành phần thái độ, thành phần các cử chỉ, hành vi tương ứng.

– Ý thức được thể hiện ở ba cấp độ: ý thức (đối tượng hướng vào thế giới xung quanh, người khác), tự ý thức (cấp độ cao hơn đó là ý thức hướng vào chính bản thân thể hiện ở sự tự nhận thức, tự tỏ thái độ và tự điều chỉnh, tự giáo dục bản thân), ý thức nhóm (mức độ ý thức tổng hợp, con người đặt mình vào một nhóm xã hội để nhận thức, tỏ thái độ và hành động vì lợi ích của nhóm xã hội).

– Vô thức: một hiện tượng tâm lý tham gia điều khiển hành vi con người nhưng không được chủ thể nhận biết. Đặc điểm của vô thức: cá nhân không nhận thức hành vi và thái độ, không tỏ thái độ phù hợp, không dự kiến tính toán trước khi hành động của mình.

– Hai yếu tố quyết định sự hình thành ý thức trên phương diện loài: lao động và ngôn ngữ.

– Trên phương diện cá nhân,ấy thức được hình thành nhờ hoạt động và giao tiếp, tiếp thu nền văn hóa xã hội và ý thức xã hội, đặc biệt thông qua giáo dục và tự giáo dục.

Chương 4. HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC

Trong cuộc sống, con người luôn luôn nhận thức sự vật, hiện tượng xung quanh mình, đồng thời con người cũng tự nhận thức bản thân mình. Chịu sự tác động của hiện thực khách quan, con người sẽ phản ánh hiện thực khách quan ấy và tạo nên đời sống tâm lý của mình. Con đường phản ánh hiện thực khách quan bằng các giác quan, bằng những tín hiệu đặc biệt khác với sự tham gia của não bộ được gọi là nhận thức.

Khi nhận thức về thế giới xung quanh, con người có thể nhận thức cái bên ngoài và cả cái bên trong của sự vật, hiện tượng, có thể nhận thức cái đã có, cái đang có, và cả cái sẽ có, có thể nhận thức cái có thể cái khái quát, cái quy luật của sự vật... Từ đó có thể nhận thấy, nhận thức là một hoạt động tâm lý rất phức tạp, đa dạng, và ở nhiều mức độ khác nhau. Tuy nhiên, có thể chia hoạt động nhận thức thành hai giai đoạn: nhận thức cảm tính và nhận thức lý tính.

4.1. NHẬN THỨC CẢM TÍNH

Quá trình nhận thức cảm tính là mức độ thấp của hoạt động nhận thức. Giai đoạn này bao gồm hai quá trình: cảm giác và tri giác. Đặc điểm dễ nhận thấy của quá trình nhận thức cảm tính là quá trình tâm lý, phản ánh những thuộc tính bên ngoài của sự vật và hiện tượng trong hiện thực khách quan khi chúng trực tiếp tác động vào các giá quan của chúng ta.

4.1.1. *Cảm giác*

Cảm giác là hình thức đầu tiên thiết lập quan hệ tâm lý cơ thể với môi trường, mức độ phản ánh tâm lý thấp nhất, là hình thức khởi đầu trong sự phát triển của hoạt động nhận thức của con người.

4.1.1.1 Định nghĩa

Có thể đề cập đến một vài định nghĩa sau về cảm giác "Cảm giác là một quá trình tâm lý đơn giản nhất phản ánh những thuộc tính riêng lẻ của đồ vật, hiện tượng và trạng thái bên trong cơ thể" (Giáo trình Tâm lý học của Hội đồng bộ môn 1975, Đại học Sư phạm 1, Hà Nội)

Theo A.V. Petrovski thì: "Cảm giác là một quá trình tâm lý đơn giản nhất phản ánh những thuộc tính riêng lẻ của sự vật và hiện tượng và trạng thái bên trong cơ thể dưới sự tác động trực tiếp của những kích thích vật chất lên các giác quan".

Như vậy dựa trên các định nghĩa khác nhau thì cảm giác đều được nhìn nhận như một quá trình tâm lý, phản ánh từng thuộc tính riêng lẻ, phản ánh các thuộc tính bề ngoài của sự vật, hiện tượng và chỉ xảy ra khi có các kích thích tác động trực tiếp vào các giác quan. Vì vậy có thể định nghĩa cảm giác như sau: Cảm giác là quá trình nhận thức phản ánh một cách riêng lẻ từng thuộc tính của sự vật, hiện tượng khi chúng đang trực tiếp tác động vào giác quan.

4.1.1.2. Đặc điểm

Cảm giác có những đặc điểm sau:

- Cảm giác là một quá trình nhận thức, quá trình tâm lý.

Cảm giác là một hiện tượng tâm lý xảy ra trong một thời gian ngắn; cảm giác có mở đầu, diễn biến và kết thúc một cách cụ thể và rõ ràng nhằm tìm hiểu những thuộc tính ban đầu về đối tượng tác động vào các giác quan của con người.

– Cảm giác nảy sinh, diễn biến khi sự vật, hiện tượng của thế giới xung quanh (hoặc một trạng thái bên trong cơ thể) trực tiếp tác động lên giác quan ta. Khi kích thích ngừng tác động thì cảm giác không còn nữa.

– Cảm giác chỉ phản ánh một cách riêng lẻ tầng thuộc tính cụ thể của sự vật, hiện tượng thông qua hoạt động của từng giác quan riêng lẻ.

Khi con người phản ánh bằng cảm giác, có thể phản ánh từng thuộc tính như về khối lượng: nằng nặng, nhè nhẹ; màu sắc: trăng trắng, sang sáng; hình dáng: tròn tròn, mỏng mỏng... Nói khác đi, kết quả của cảm giác cho chúng ta biết ít về sự vật, có thể không biết rõ sự vật đó là gì.

– Cảm giác của con người mang bản chất xã hội - lịch sử (khác xa với cảm giác của con vật).

+ Đối tượng phản ánh của cảm giác ở con người không phải chỉ là những sự vật, hiện tượng vốn có trong tự nhiên, mà còn bao gồm cả những sản phẩm do lao động của con người sáng tạo ra, nghĩa là có bản chất xã hội.

+ Cơ chế sinh lý của cảm giác ở con người không chỉ giới hạn ở hệ thống tín hiệu thứ nhất, mà nó còn bao gồm các cơ chế thuộc hệ thống tín hiệu thứ hai.

+ Cảm giác có liên quan chặt chẽ tới hoạt động của các giác quan. Trải qua quá trình phát triển lịch sử lâu dài của loài người, các giác quan của con người so với các giác quan của con vật đã được phát triển tới mức hoàn thiện hơn, trở thành những "khí quan xã hội" (K.Marx).

+ Khả năng cảm giác của con người được phát triển mạnh mẽ, phong phú và trở nên tinh vi do kết quả của việc rèn luyện, do ảnh hưởng của vốn kinh nghiệm và hoạt động. Ví dụ: Thợ dệt phân biệt được 60 màu đen, có người "đọc được bằng tay", Helen Keller (1880 - 1968) - Nhà văn mù và câm điếc.

4.1.1.3. Vai trò của cảm giác

Trong cuộc sống nói chung và trong hoạt động nhận thức nói riêng của con người, cảm giác giữ vai trò quan trọng như sau:

– Cảm giác là viên gạch đầu tiên để xây dựng nên tòa lâu đài nhận thức. Cảm giác là hình thức đầu tiên của hoạt động nhận thức, nhờ các cơ quan cảm giác con người nhận được nguồn thông tin, tài liệu phong phú từ thế giới bên ngoài, cũng như thông tin về trạng thái cơ thể mình. Cảm giác là nguồn cung cấp nguyên liệu để con người lên hành những hoạt động tâm lý cao hơn.

Đặc biệt, đối với những người bị khuyết tật thính giác thì các cảm giác nhìn hay khuyết tật thị giác thì các cơ quan cảm giác vận động và đụng chạm (cảm giác sờ mó) là con đường nhận thức quan trọng đối với họ.

– Cảm giác là mối liên hệ trực tiếp giữa cơ thể và môi trường xung quanh. Là điều kiện đảm bảo sự tồn tại của con người (cả con vật): chim di trú vào mùa đông, người nhận biết cảm giác nóng, lạnh từ môi trường sống.

– Cảm giác còn là điều kiện đảm bảo trạng thái hoạt động của vỏ não. Đói cảm giác thì chức năng tâm, sinh lý của con người sẽ bị rối loạn.

4.1.1.4. Phân loại cảm giác

Người ta thường phân loại cảm giác theo vị trí của nguồn kích thích gây ra cảm giác nằm ở bên ngoài hay bên trong cơ thể. Theo tiêu chí này có thể phân chia cảm giác thành hai nhóm: những cảm giác bên ngoài và những cảm giác bên trong.

a. Những cảm giác bên ngoài

Cảm giác bên ngoài là những cảm giác do những kích thích từ bên ngoài cơ thể gây ra.

* Cảm giác nhìn (thị giác)

Cảm giác nhìn nảy sinh do sự tác động của sóng ánh sáng (sóng điện từ) phát ra hoặc phản xạ từ các sự vật.

Cảm giác nhìn phản ánh hình thù, độ lớn, màu sắc, khối lượng, độ xa...của sự vật. Cụ thể như, cảm giác màu sắc phản ánh sắc điệu của màu sắc phụ thuộc vào tần số dao động của sóng ánh sáng.

Cảm giác nhìn còn được tiếp diễn sau khi đã ngừng kích thích được gọi là hậu ảnh (lưu ảnh). Ngay sau khi một kích thích mạnh (ví dụ: ánh sáng) ngừng tác động, thì cảm giác không mất ngay, mà nó còn tiếp diễn một thời gian ngắn. Có hai loại hậu ảnh: dương tính và âm tính.

Cảm giác nhìn có vai trò cơ bản trong sự nhận thức thế giới bên ngoài của con người, trong 90% lượng thông tin từ thế giới bên ngoài đi vào não là qua mắt.

* Cảm giác nghe (thính giác)

Cảm giác nghe là cảm giác do những sóng âm, tức là những dao động của không khí gây nên; những sóng âm được lan ra mọi phía từ nguồn phát ra âm thanh đến tai người nghe.

Cảm giác nghe phản ánh những thuộc tính của âm thanh: cao độ (tần số dao động), cường độ (biên độ dao động), âm sắc (hình thức dao động).

Cảm giác nghe có ý nghĩa to lớn trong đời sống của con người. Chính nhờ nó mà con người nghe được tiếng nói, có khả năng giao lưu với người khác, có khả năng kiểm tra được ngôn ngữ của bản thân và khi cần có thể hiệu chỉnh sự phát âm.

* Cảm giác ngửi (khứu giác)

Cảm giác ngửi là cảm giác do các phần tử của các chất bay hơi tác động lên màng ngoài của khoang mũi cùng không khí gây nên.

Cảm giác ngửi phản ánh mùi của đối tượng.

Trong đời sống thực tế, cảm giác ngửi giữ vai trò tương đối ít quan trọng. Nhưng khi bị hỏng cảm giác nghe và cảm giác nhìn thì cảm giác ngửi cùng các cảm giác còn lại giữ một vai trò đặc biệt quan trọng.

* Cảm giác nếm (vị giác)

Cảm giác nếm do sự tác động của các thuộc tính hóa học của các chất hòa tan trong nước lên các cơ quan thụ cảm vị giác ở lưỡi gây cảm giác nếm phản ánh vị của đối tượng bao gồm bốn loại: ngọt, chua, mặn, đắng. Sự đa dạng của vị thức ăn phụ thuộc vào sự kết hợp giữa những cảm giác kể trên và sự phối hợp với cảm giác ngửi. Nếu hoàn toàn mất cảm giác ngửi thì trong một mức độ đáng kể khó phân bít được các vị khác nhau của đồ ăn.

* Cảm giác da (mạc giác)

Cảm giác da là do những kích thích cơ học và nhiệt học tác động lên da tạo nên. Cảm giác da phản ánh những thuộc tính về nhiệt độ, áp lực, sự đụng chạm, sự trơn nhẵn... của đối tượng.

Cảm giác da gồm năm loại: cảm giác đụng chạm, nén, nóng, lạnh, đau.

Độ nhạy cảm của các phần khác nhau của da đối với mỗi loại cảm giác trên là khác nhau. Cảm giác đụng chạm nhạy bén nhất ở đầu lưỡi và đầu các ngón tay; lưng kém nhạy cảm hơn đối với loại cảm giác này. Da thuộc các phần thân thể được che kín thì nhạy cảm hơn đối với cảm giác nóng, lạnh.

b. Những cảm giác bên trong

Cảm giác bên trong là những cảm giác do những kích thích từ bên trong cơ thể gây ra.

* Cảm giác vận động

Cảm giác vận động do những kích thích tác động vào các cơ quan thụ cảm vận động nằm ở các cơ gân, khớp xương tạo nên.

Cảm giác vận động phản ánh những biến đổi xảy ra trong các cơ quan vận động như mức độ co của cơ và về vị trí của các phần thân thể chúng ta.

* Cảm giác sờ mó

Sự kết hợp giữa cảm giác vận động và cảm giác đụng chạm tạo thành cảm giác sờ mó.

Bàn tay là một cơ quan sờ mó và nó trở thành công cụ lao động và nhận thức của con người. Cảm giác sờ mó là vật điều chỉnh quan trọng đối với các động tác lao động,

nhất là những động tác lao động đòi hỏi độ chính xác cao.

* Cảm giác thăng bằng

Khi cơ thể ta cử động nội dịch ở ba ống hình bán khuyên ở tai trong rung động, tác động vào các niêm mao nằm trên ba thành ống ấy tạo nên cảm giác thăng bằng.

Cảm giác thăng bằng cho ta biết phương hướng của đầu so với phương thẳng đứng, hướng quay và gia tốc của đầu.

* Cảm giác rung

Cảm giác rung do các dao động của không khí tác động lên bề mặt của thân thể gây nên, những dao động này là do các vật thể bị rung động hay chuyển động tạo nên. Tất cả các mô trong cơ thể đều có thể phản ánh được sự rung của môi trường bên ngoài và bên trong. Cảm giác rung phản ánh sự rung động của các sự vật. Ở những người thính giác phát triển bình thường thì cảm giác này kém phát triển. Nhưng ở người khuyết tật thính giác, đặc biệt là ở người vừa có 1 khuyết tật thính giác và thị giác thì loại cảm giác này phát triển rõ rệt và được dùng để định hướng trong thế giới xung quanh.

* Cảm giác cơ thể.

Cảm giác cơ thể do quá trình trao đổi chất môi trường bên trong gây nên khi những tế bào thụ cảm ở những cơ quan bên trong cơ thể bị kích thích.

Cảm giác cơ thể phản ánh tình trạng hoạt động của các nội tạng. Nó gồm các cảm giác đói, no, buồn nôn, đau ở các cơ quan bên trong cơ thể như đau dạ dày,... Những cảm giác này chủ yếu báo hiệu sự rối loạn trong hoạt động của các nội quan.

4.1.1.5. Các quy luật cơ bản của cảm giác

a. Quy luật về ngưỡng cảm giác

Muốn có cảm giác thì phải có sự kích thích vào giác quan. Nhưng không phải mọi sự kích thích tác động vào giác quan đều gây ra cảm giác. Nếu kích thích quá yếu sẽ không tạo nên một cảm giác (sóng âm thanh quá nhỏ tác động vào tai ta nhưng ta không nghe thấy). Kích thích quá mạnh cũng gây nên mất cảm giác (sóng âm thanh quá lớn (sóng siêu âm) tác động vào tai ta nhưng ta cũng không nghe thấy). Do đó muốn tạo nên cảm giác, kích thích tác động phải đạt tới một giới hạn nhất định về cường độ. Giới hạn cường độ của kích thích gây ra được cảm giác hoặc làm thay đổi cảm giác gọi là ngưỡng cảm giác.

Có hai loại ngưỡng cảm giác: ngưỡng tuyệt đối và ngưỡng sai biệt.

Ngưỡng tuyệt đối của cảm giác bao gồm ngưỡng tuyệt đối dưới và ngưỡng tuyệt đối trên.

- Ngưỡng tuyệt đối dưới là cường độ tối thiểu của kích thích đủ để gây ra được cảm giác. Đơn cử như ngưỡng tuyệt đối phía dưới của tam giác nhìn là những sóng

ánh sáng có bước sóng là 390 micromet, của cảm giác nghe là âm thanh có tần số là 16 hec.

- Ngưỡng tuyệt đối trên là cường độ tối đa của kích thích để vẫn còn gây ra được cảm giác. Cụ thể như ngưỡng tuyệt đối phía trên của cảm giác nhìn là những sóng ánh sáng có bước sóng là 780 micromet, của cảm giác nghe là âm thanh có tần số là 20.000 hec.

Trong khoảng giữa ngưỡng tuyệt đối trên và ngưỡng tuyệt đối mới có những vùng phản ánh tốt nhất. Điển hình như với cảm giác nhìn, vùng phản ánh tốt nhất khoảng 550 - 580 micromet, cảm giác nghe là vùng âm thanh khoảng 1.000 hec.

Ngưỡng sai biệt là mức độ chênh lệch tối thiểu về cường độ hoặc tính chất của hai kích thích đủ để ta phân biệt được hai kích thích đó. Ngưỡng sai biệt của mỗi cảm giác là một hằng số.

Ngưỡng cảm giác tỉ lệ nghịch với tính nhạy cảm của mỗi người. Tính nhạy cảm (độ nhạy cảm là năng lực cảm nhận được các kích thích vào các giác quan. Ngưỡng tuyệt đối dưới càng thấp thì tính nhạy cảm càng cao. Ngưỡng sai biệt càng nhỏ thì tính nhạy cảm sai biệt càng lớn. Tính (độ) nhạy cảm sai biệt là năng lực cảm nhận được sự khác nhau giữa hai kích thích cùng loại.

E = 1/P (E: Độ nhạy cảm, P: Ngưỡng tuyệt đối phía dưới)

Nhằm ứng dụng triệt để quy luật này trong quá trình dạy học, giáo viên cần nói rõ ràng, vừa nghe, ánh sáng lớp học phải phù hợp với cảm giác nhìn của học sinh trong từng lớp học.

b. Quy luật về sự thích ứng của cảm giác

Sự thích ứng của cảm giác là khả năng thay đổi tính nhạy cảm của các cơ quan cảm giác cho phù hợp với sự thay đổi của cường độ kích thích.

Có thể đề cập đến các dạng thích ứng sau đây khi phân tích về quy luật này:

- Khi cường độ kích thích tăng lên thì giảm tính nhạy cảm.
- Khi cường độ kích thích yếu đi thì tăng tính nhạy cảm.
- Sự mất cảm giác trong thời gian tác động dài của cùng một kích thích. Trong công tác dạy học và giáo dục học sinh, giọng nói của giáo viên cần có sự diễn cảm. Giáo viên cũng cần phối hợp nhiều phương pháp dạy học và giáo dục học sinh để tránh sự mất cảm giác của học sinh trong học tập.

c. Quy luật tác động lẫn nhau giữa các cảm giác khác nhau

Quy luật này thể hiện là một cảm giác có thể thay đổi tính nhạy cảm do sự ảnh hưởng của một cảm giác khác.

Có thể phân tích các cơ chế tác động lẫn nhau của cảm giác như"

- Sự kích thích yếu lên cơ quan cảm giác này sẽ làm tăng độ nhạy cảm của cơ quan cảm giác kia, hoặc sự kích thích mạnh lên cơ quan cảm giác này sẽ làm giảm độ nhạy cảm của cơ quan cảm giác kia.

- Chuyển cảm giác cũng là một biểu hiện cụ thể của quy luật này. Cảm giác này tạo nên một cảm giác khác trong sự tương tác.

Ngoài ra, cũng cần đề cập đến loạn cảm giác (hiện tượng đặc biệt của chuyển cảm giác). Loạn cảm giác được hiểu là sự xuất hiện một cảm giác đặc trưng cho một cơ quan cảm giác này dưới ảnh hưởng của sự kích thích một cơ quan cảm giác kia. Cụ thể như kích thích âm thanh tạo nên hình ảnh trong cảm giác của con người.

Có thể ứng dụng quy luật này trong dạy học bằng cách giữ gìn vệ một lớp học, trang hoàng đẹp mắt phòng học để tạo ra sự tương tác tích cực.

d. Quy luật tác động lẫn nhau giữa các cảm giác cùng loại (tương phản)

Sự tương phản là sự thay đổi cường độ hoặc chất lượng của cảm giác dưới ảnh hưởng của một kích thích cùng loại xảy ra trước đó hoặc đồng thời.

Có hai loại tương phản sau khi phân tích về quy luật này.

 Tương phản đồng thời:

Tương phản đồng thời là sự thay đổi cường độ và chất lượng của cảm giác dưới ảnh hưởng của một kích thích cùng loại xảy ra đồng thời.

 Tương phản nối tiếp:

Tương phản nối tiếp là sự thay đổi cường độ và chất lượng của cảm giác dưới ảnh hưởng của một kích thích cùng loại xảy ra trước đó.

Những quy luật của cảm giác chi phối khá mạnh mẽ đến cảm giác của cá nhân. Những quy luật này cũng ảnh hưởng không nhỏ đến tính nhạy cảm của cảm giác. Vì vậy, con người cần chú ý đến những quy luật này của cảm giác trong khi nhận thức cũng như rèn luyện tính nhạy cảm của cảm giác.

4.1.2. *Tri giác*

4.1.2.1. Định nghĩa

Có khá nhiều định nghĩa khác nhau về tri giác. Có thể đề cập đến một số định nghĩa sau:

– Tri giác là quá trình tâm lý phản ánh một cách trọn vẹn các thuộc tính của sự vật, hiện tượng, dưới hình thức hình tượng, khi chúng trực tiếp tác động vào các giác quan của ta. (Đề cương bài giảng ĐHSPHN, 1975).

– Tri giác là quá trình tâm lý phản ánh một cách trọn vẹn các thuộc tính của sự vật, hiện tượng, khi chúng trực tiếp tác động vào các giác quan ta. (Phạm Minh Hạc, 1987) [7].

Theo Robert J. Sternberg (1999) thì tri giác xảy ra khi sự vật ở thế giới bên

ngoài mang lại cấu trúc của thông tin về sự vật ấy tác động vào các giác quan của ta, cho ta hình ảnh của sự vật.

Như vậy, từ những định nghĩa tri giác nêu trên, tri giác bao gồm: hình ảnh chủ quan về đối tượng, hiện tượng hay quá trình tác động trực tiếp đến giác quan hay hệ thống các giác quan được phản ánh lại. Tri giác là quá trình nhận thức ở mức độ cao hơn so với cảm giác. Tóm lại, tri giác là quá trình tâm lý phản ánh một cách trọn vẹn những thuộc tính của sự vật, hiện tượng khi chúng trực tiếp tác động vào các giác quan.

4.1.2.2. Đặc điểm của tri giác

Xét về mức độ phản ánh sự vật, hiện tượng: tri giác khác cảm giác.

- Tri giác phản ánh sự vật, hiện tượng một cách trọn vẹn: Tri giác giúp con người phản ánh sự vật một cách hoàn chỉnh, biết được rõ ràng sự vật này hay sự vật kia. Khả năng phản ánh một cách trọn vẹn của tri giác là do:
  + Tính trọn vẹn khách quan của bản thân sự vật và hiện tượng quy định.
  + Sự phối hợp của các giác quan khi ta tri giác sự vật, hiện tượng.

- Tính kết cấu của tri giác: Tri giác không phải là tổng số các cảm giác, chúng ta tri giác một cấu trúc khái quát đã được trừu xuất từ những cảm giác đó, trong mối liên hệ qua lại giữa các thành phần của cấu trúc ấy và mối liên hệ này được hình thành trong suốt một khoảng thời gian nào đó. Cụ thể như khi tri giác ngôn ngữ của người khác mà hiểu được là vì các từ của họ phát ra nằm trong một cấu trúc nhất định với những mối liên hệ qua lại xác định giữa các thành phần của cấu trúc ấy.

- Những điều nói trên chứng tỏ rằng tri giác là một quá trình tích cực gắn liền với hoạt động của con người. Thường thì sự tri giác mang tính chất tự giác, nó không phải là một quá trình xem xét sự vật và hiện tượng một cách thụ động, giản đơn mà là sự giải quyết một nhiệm vụ nhận thức cụ thể nào đó.

Tuy nhiên, tri giác có một số đặc điểm giống cảm giác, những điểm giống nhau này quy định tính chất chung của quá trình nhận thức cảm tính:

+ Cảm giác và tri giác đều là một quá trình tâm lý, nghĩa là đều có sự nảy sinh, diễn biến và kết thúc.

+ Cảm giác phản ánh từng thuộc tính riêng lẻ, tri giác phản ánh trọn vẹn các thuộc tính của sự vật và hiện tượng, nhưng kết quả này đều là những thuộc tính bên ngoài của sự vật, hiện tượng chứ chưa phải là những thuộc tính bên trong, bản chất.

+ Cảm giác và tri giác đều phản ánh sự vật, hiện tượng một cách trực tiếp, nghĩa là chúng phản ánh những cái trong hiện tại, đang tác động vào ta lúc đó.

+ Cảm giác và tri giác đều phản ánh sự vật hiện tượng một cách cá lẻ, nghĩa là phản ánh từng thuộc tính riêng lẻ hay trọn vẹn thuộc tính của từng sự vật, hiện tượng riêng lẻ, cụ thể, chứ không phải một lớp một loại hay một phạm trù khái quát nhiều sự vật, hiện tượng cùng loại.

4.1.2.3. Vai trò

Tri giác có một vai trò quan trọng đối với con người, nó là thành phần chính của nhận thức cảm tính:

- Tri giác là một điều kiện quan trọng cho sự định hướng hành vi và hoạt động của con người trong môi trường xung quanh. Hình ảnh của tri giác thực hiện chức năng là vật điều chỉnh các hành động.

- Hình thức tri giác cao nhất, tích cực, chủ động và có mục đích là sự quan sát. Trong lịch sử loài người, quan sát được phát triển như là một bộ phận cấu thành của những thao tác lao động, giữ vai trò xác lập sự phù hợp của các sản phẩm lao động với hình ảnh lý tưởng đã được hoạch định của nó. Ở những giai đoạn đầu trong sự phát triển của bất cứ một khoa học nào, quan sát biểu hiện như là một phương pháp nghiên cứu chính. Với sự phát triển của khoa học, quan sát ngày càng trở nên phức tạp và gián tiếp hơn.

4.1.2.4. Phân loại

Có nhiều cách phân loại tri giác. Có thể đề cập một số cách phân loại chính sau:

* Căn cứ vào cơ quan phân tích

Căn cứ vào cơ quan phân tích nào giữ vai trò chính trong số các cơ quan phân tích tham gia vào quá trình tri giác, người ta chia ra các loại: tri giác nhìn, tri giác nghe, tri giác ngửi, tri giác nếm, tri giác sờ mó,…

* Căn cứ vào tính mục đích khi tri giác

Căn cứ vào tính mục đích của tri giác, người ta chia ra các loại:

- Tri giác không chủ định: là kiểu tri giác không theo mục đích, không theo một trình tự định trước. Kiểu tri giác này do tác động môi trường bên ngoài, hứng thú, sở thích, xúc cảm - tình cảm của cá nhân chi phối.

- Tri giác có chủ định: là kiểu tri giác theo mục đích, theo một trình tự nhất định. Quan sát là hình thức tích cực nhất của tri giác có chủ định và thể hiện rõ khả năng tri giác của con người.

* Căn cứ theo đối tượng khi tri giác

Căn cứ theo đối tượng được phản ánh trong tri giác, người ta chia ra các loại: tri giác thuộc tính không gian của đối tượng, tri giác thời gian, tri giác vận động, tri giác con người.

- Tri giác thuộc tính không gian của đối tượng:

Tri giác thuộc tính không gian của đối tượng là sự phản ánh cái không gian tồn tại một cách khách quan bao gồm độ lớn, hình dáng, hình khối, chiều sâu và độ xa,

phương hướng của sự vật trong không gian. Có thể phân tích chi tiết như sau:

+ *Tri giác độ lớn của các sự vật*:

Kích thước nhìn thấy của sự vật phụ thuộc vào độ lớn ảnh của chúng trên màng võng mạc của mắt và vào độ xa của chúng đến người tri giác. Sự thích ứng của mắt đối với việc nhìn rõ các vật ở độ xa khác nhau được thực hiện nhờ hai cơ chế điều tiết và hội tụ:

Điều tiết: Sự thay đổi độ cong của thủy tinh thể: "Khi nhìn những vật ở gần thì thủy tinh thể phồng lên, khi nhìn những vật ở xa thì thủy tinh thể bị dài ra và trở nên phẳng". Giới hạn điều tiết của mắt người bình thường là 5 - 6 m.

Hội tụ: Xảy ra đồng thời với sự điều tiết, đó là sự hướng các trục thị giác của mắt vào một vật cố định. Giới hạn hội tụ của mắt người bình thường là 15 - 20 m.

Khi đánh giá độ lớn của các sự vật nằm ngoài giới hạn tác động của sự điều tiết và hội tụ, thì sự so sánh độ lớn của sự vật với độ lớn rất quen thuộc của các sự vật xung quanh và với sự thực về độ lớn của sự vật mà ta đã từng tri giác trước đây có một ý nghĩa to lớn.

+ *Tri giác hình dáng của các sự vật:*

Để tri giác hình dáng của sự vật cần có sự phân biệt rõ ràng các đường biên và các chi tiết nhỏ (hay ranh giới của một sự vật nào đó) nhờ những cử động nhỏ của mắt. Loại tri giác này được thực hiện bằng cơ quan phân tích thị giác đụng chạm và vận động.

+ *Tri giác hình khối của các sự vật:*

Sự tri giác hình khối của sự vật được thực hiện chủ yếu nhờ hai mắt. Khi nhìn một hình khối cùng một lúc bằng cả hai mắt thì như kích thích từ mắt phải và mắt trái được sát nhập với nhau trên phần vỏ não của cơ quan phân tích thị giác và tạo nên ấn tượng về hình khối của vật cần tri giác.

+ *Tri giác chiều sâu và độ xa của các sự vật:*

Tri giác chiều sâu và độ xa của vật thể được thực hiện nhờ nhìn một mắt cũng như nhìn hai mắt.

Đối với sự tri giác chiều sâu của các sự vật thì cảm giác vận động có vai trò đáng kể. Đó là sự co, duỗi của các cơ mắt khi có sự hội tụ hay phân li của hai mắt, hoặc khi có sự điều tiết.

+ *Tri giác phương hướng của các sự vật:*

Phương hướng của các sự vật ta tri giác được do vị trí của ảnh sự vật trên võng mạc và vị trí của thân thể chúng ta đối với các sự vật xung quanh quyết định. Vị trí

thẳng đứng của thân thể đối với mặt phẳng ngang là đặc trưng.

Khi nhìn bằng hai mắt thì phương hướng của sự vật được xác định bởi Quy luật đồng hướng. Theo quy luật này thì những kích thích in vào các điểm tương ứng trên hai võng mạc đều được nhìn theo một hướng như nhau. Hướng này được xác định bằng đường thẳng nối giao điểm của hai trục thị giác với trung điểm của khoảng cách giữa đi mắt.

Trong việc tri giác phương hướng còn có sự tham gia của cảm giác nghe và cảm giác ngửi.

Sự tri giác phương hướng của âm thanh được thực hiện nhờ sự nghe bằng hai tai. Cơ sở của sự phân biệt phương hướng của âm thanh là sự khác nhau về thời gian đi tới hai tai của âm thanh. Âm thanh không phải chỉ được định vị theo hướng phải - trái, mà cả theo hướng trên - dưới nữa (trong trường hợp này thì cử động của đầu là một điều kiện quan trọng).

- Tri giác thời gian:

Tri giác thời gian là sự phản ánh độ dài lâu, tốc độ và tính kế tục khách quan của các hiện tượng trong hiện thực.

Những khoảng thời gian được xác định bởi các quá trình diễn ra trong cơ thể theo những nhịp điệu nhất định. Chỉ những khoảng thời gian ngắn mới được tri giác một cách chính xác và trực tiếp.

Tri giác độ dài thời gian phụ thuộc vào nội dung hoạt động của con người, tâm thế cá nhân, lứa tuổi, kinh nghiệm, nghề nghiệp.

- Tri giác vận động:

Tri giác vận động là sự phản ánh những biến đổi về vị trí của các sự vật trong không gian. Cảm giác nhìn và vận động giữ vai trò cơ bản trong sự tri giác vận động. Tốc độ, sự gia tốc và hướng vận động là những thông số của vận động.

Con người có thể thu nhận những thông tin về sự thay đổi của sự vật trong không gian bằng cách tri giác trực tiếp khi vận tốc vật chuyển động lớn, nhanh và suy luận về sự vận động của vật khi vận tốc nhỏ.

- Tri giác con người:

Sự tri giác con người bởi con người là một quá trình nhận thức lẫn nhau của con người trong những điều kiện giao lưu trực tiếp.

Khi tri giác người chưa quen biết, người ta thường hướng sự chú ý chính vào những đặc điểm bên ngoài chứa nhiều thông tin nhất là về mặt và những động tác biểu hiện của thân thể.

4.1.2.5. Các quy luật cơ bản của tri giác

* Quy luật về tính đối tượng của tri giác

Tính đối tượng của tri giác được hình thành do sự tác động của những sự vật, hiện tượng nhất định của thế giới xung quanh vào giác quan ta.

Hình ảnh trực quan mà tri giác đem lại bao giờ cũng thuộc về một sự vật hiện tượng nhất định nào đó của thế giới bên ngoài. Như vậy, tri giác luôn mang tính đối tượng. Mỗi hành động tri giác của ta đều nhắm vào một đối tượng nào đó của thế giới khách quan.

* Quy luật về tính lựa chọn của tri giác

Tính lựa chọn của tri giác là con người có khả năng chỉ phản ánh một vài đối tượng nào đó trong vô số những sự vật, hiện tượng xung quanh.

Con người có thể tri giác đối tượng nào đó mà họ muốn trong rất nhiều đối tượng. Quá trình tự giác là quá trình tách đối tượng ra khỏi bối cảnh.

Sự lựa chọn trong tri giác không có tính chất cố định, vai trò của đối tượng và bối cảnh có thể giao hoán, "đổi chỗ"cho nhau. Quy luật này thể hiện rõ ở hình sau đây như một minh họa:

Tính lựa chọn của tri giác phụ thuộc vào hứng thú, nhu cầu, tâm thế, ngôn ngữ, đặc điểm của đối tượng.

Quy luật này được sử dụng nhiều trong đời sống hàng ngày, ngay cả trong tự nhiên khi ta quan sát thấy hình thức ngụy trang của sinh vật (đổi màu theo môi trường sống: kỳ nhông, tắc kè...), trong đời sống con người (cách ăn mặc để thể hiện hoặc giấu mình đi). Trong dạy học, giáo viên dùng phấn màu khi trình bày, đóng khung những phần quan trọng... Hay việc tuân thủ nguyên tắc công bằng trong ứng xử với học sinh cũng là một ứng dụng lý thú từ quy luật này.

* Quy luật về tính có ý nghĩa của tri giác

Mặc dù tri giác nảy sinh do sự tác động trực tiếp của vật kích thích vào các cơ quan nhận cảm, nhưng những hình ảnh tri giác luôn luôn có một ý nghĩa xác định. Tri giác ở con người được gắn chặt với tư duy, với sự hiểu biết về bản chất của sự vật. Tri giác sự vật một cách có ý thức - điều đó có nghĩa là gọi được tên sự vật đó ở trong não và có ý nghĩa là xếp được sự vật đang tri giác vào một nhóm, một lớp các sự vật xác định, khái quát nó trong một từ xác định.

Như vậy, tri giác là một quá trình tích cực, trong đó con người tiến hành nhiều hành động nhận thức để hình thành một hình ảnh tương ứng về sự vật. Trong quá trình tri giác có cả những yếu tố của tư duy: phân tích, so sánh các dấu hiệu của sự vật, hiện tượng, rồi tổng hợp chúng lại… do đó hình ảnh của đối tượng ngày càng được sáng tỏ.

Trong quá trình dạy học giáo viên cần phải tính đến quy luật này của tri giác.

Tài liệu trực quan bao giờ cũng được học sinh tri giác một cách đầy đủ, sâu sắc hơn khi kèm theo các lời chỉ dẫn. Tên gọi (từ, thuật ngữ) của các sự vật, hiện tượng mới cần được truyền đạt một cách đầy đủ và chính xác cho học sinh.

* Quy luật về tính ổn định của tri giác

Tính ổn định của tri giác là khả năng phản ánh sự vật một cách không đổi khi điều kiện tri giác bị thay đổi. Nhờ tính ổn định của tri giác con người có thể tri giác sự vật như nhau khi chúng hiện diện ở các mức độ khác nhau về hình dạng, kích thước, khoảng cách, màu sắc.

Tính ổn định của tri giác không phải là một cơ chế bẩm sinh, mà nó do kinh nghiệm tạo nên. Tri giác là một hành động tự điều chỉnh đặc biệt, nó có cơ chế liên hệ ngược và được xây dựng phù hợp với những đặc điểm và những điều kiện của đối tượng đang được tri giác.

Do đó, trong quá trình dạy học giáo viên cần cung cấp kinh nghiệm, tri thức chính xác, khoa học cho học sinh.

* Quy luật về tính ảo ảnh của tri giác

Ảo ảnh tri giác là sự phản ánh sai lệch các sự vật, hiện tượng một cách khách quan của con người. Có thể phân tích các nguyên nhân gây ảo ảnh tri giác:

- Nguyên nhân vật lý: sự phân bố của vật trong không gian.
- Nguyên nhân sinh lý: trạng thái cơ thể, cấu tạo cơ thể.
- Nguyên nhân tâm lý: nhu cầu, sở thích.

Những minh họa sau thể hiện rõ quy luật ảo ảnh của tri giác:

+ Hai đường thẳng được kết thúc bằng những góc ở các hướng khác nhau dường như có độ dài khác nhau:
+ Các đường thẳng dường như bị cong ở các hình vẽ dưới đây:

Tuy nhiên, nếu kinh nghiệm, tri thức của con người hay cá nhân càng sâu rộng thì sự ảo ảnh của tri giác sẽ hạn chế.

* Quy luật về tính tổng giác của tri giác

Sự phụ thuộc của tri giác vào nội dung của đời sống tâm lý con người, vào đặc điểm nhân cách của họ, được gọi là hiện tượng tổng giác.

Bức tranh được chủ thể tri giác không phải là một tổng số các cảm giác nhất thời, mà nó thường chứa đựng những chi tiết thậm chí lúc đó không có trên võng mạc của mắt, nhưng con người tựa hồ như nhìn thấy trên cơ sở kinh nghiệm trước kia. Có trường hợp con người tri giác không phải những cái hiện có, mà là những cái mà họ muốn có. Như vậy khi tri giác một sự vật nào đó, thì dấu vết của những sự tri giác trước đây được hoạt hóa. Cho nên cùng một sự vật như nhau có thể được tri giác và tái hiện khác nhau ở những người khác nhau. Trong quá trình giảng dạy và giáo dục, giáo viên cần phải tính đến kinh nghiệm và hiểu biết của học sinh, xu hướng, hứng thú của

các em, những tâm thế của các em khi tri giác. Việc hình thành những hệ thống tri thức, làm phong phú thêm kinh nghiệm, việc giáo dục hứng thú, niềm tin, nhu cầu, kỹ xảo và thói quen hành vi đạo đức sẽ làm cho sự tri giác hiện thực trở nên xúc tích hơn.

4.1.2.6. Quan sát và năng lực quan sát

a. Định nghĩa về quan sát và năng lực quan sát

* Quan sát

Quan sát là sự tri giác có tổ chức, có chủ đích, có kế hoạch về các sự vật hiện tượng của thế giới xung quanh.

* Năng lực quan sát

Năng lực quan sát là khả năng tri giác một cách nhanh chóng và chính xác những điểm quan trọng, chủ yếu và đặc sắc của sự vật và hiện tượng.

Năng lực quan sát được hình thành trong quá trình học tập và rèn luyện.

b. Sự khác biệt giữa các cá nhân về tri giác và quan sát.

Có thể đề cập đến các kiểu tri giác và quan sát để nhìn thấy sự khác biệt giữa các cá nhân về quan sát và năng lực quan sát:

- *Kiểu tổng hợp*:

Kiểu tri giác tổng hợp thiên về sự tri giác những mối quan hệ giữa các thuộc tính, bộ phận, chú trọng đến chức năng, ý nghĩa của nó mà coi nhẹ các chi tiết, thuộc tính cụ thể.

- *Kiểu phân tích:*

Kiểu tri giác phân tích chủ yếu là tri giác những thuộc tính, những bộ phận, chi tiết cụ thể, nhiều vẻ của đối tượng.

- *Kiểu phân tích - tổng hợp:*

Kiểu tri giác phân tích - tổng hợp giữ được sự cân đối giữa hai mặt phân tích và tổng hợp.

- *Kiểu cảm xúc:*

Kiểu tri giác cảm xúc chủ yếu phản ánh những cảm xúc, tâm trạng mà đối tượng gây ra cho mình, mà ít quan tâm đến bản thân đối tượng, đến những thuộc tính, nhất là những quan hệ của chúng.

Kiểu tri giác và quan sát không phải là cố định. Sự thay đổi mục đích, nội dung của hoạt động, sự thay đổi những đặc điểm của đối tượng tri giác, sự thay đổi thái độ đối với hoạt động có thể làm thay đổi những đặc điểm tri giác và quan sát đặc trưng

của mỗi người. Điều này cũng tạo nên sự khác biệt về chất trong tri giác và quan sát giữa các cá nhân. Năng lực quan sát của từng cá nhân cũng phụ thuộc nhiều vào kiểu tri giác và quan sát mà cá nhân đó có ưu thế.

4.2. TRÍ NHỚ

4.2.1. *Định nghĩa*

Trí nhớ là một hoạt động tâm lý phản ánh những kinh nghiệm đã trải qua của con người dưới hình thức biểu tượng. Biểu tượng là những hình ảnh của sự vật, hiện tượng được nảy sinh trong óc (não) khi những sự vật, hiện tượng đó không còn trực tiếp tác động vào các giác quan.

Theo Robert J. Sternberg (1999) thì trí nhớ có nghĩa là bằng trí não, con người dựa vào những kinh nghiệm đã trải qua để sử dụng những thông tin đó trong hiện tại.

Như vậy, trí nhớ là quá trình tâm lý phản ánh những kinh nghiệm đã trải qua của con người dưới hình thức biểu tượng.

4.2.2. *Đặc điểm của trí nhớ*

4.2.2.1. Đối tượng của trí nhớ rất đa dạng

Trí nhớ phản ánh hiện thực đã được tích lũy thành kinh nghiệm, thành vốn riêng, thành hiểu biết dưới dạng:

+ Hình ảnh cụ thể.
+ Cảm xúc.
+ Ý nghĩ, tư tưởng.
+ Hành động.

4.2.2.2. Sản phẩm của trí nhớ là biểu tượng

Sản phẩm của trí nhớ là biểu tượng thu được. Biểu tượng có tính trực quan vì đó là kết quả của hình ảnh mà con người đã tri giác trước đây. Không có tri giác về sự vật, hiện tượng nào đó thì cũng không có biểu tượng.

Biểu tượng có tính khái quát vì thông thường biểu tượng là những hình ảnh mang những dấu hiệu chung, đặc trưng của sự vật, hiện tượng.

Vì biểu tượng vừa có tính trực quan, vừa có tính chất khái quát nên biểu tượng được coi như là bước quá độ giữa hình tượng và khái niệm và là giai đoạn chuyển tiếp từ nhận thức cảm tính lên nhận thức lý tính.

4.2.3. *Vai trò của trí nhớ*

Trí nhớ có vai trò to lớn trong đời sống và hoạt động của con người. Trí nhớ giúp con người xác định phương hướng để thích nghi với ngoại giới. Nhờ có ghi nhớ mà con người tích lũy được những kinh nghiệm, nhờ có nhận lại và nhớ lại mà ta có thể đem những kinh nghiệm đó ứng dụng vào thực tế cuộc sống.

Trí nhớ giúp con người học tập, tư duy và hiểu biết thế giới. Nếu không có trí nhớ thì con người lúc nào cũng như đứa trẻ mới sinh ra.

Những người bị rối loạn về trí nhớ rất khó khăn trong đời sống và hoạt động và hoạt động nhận thức không đạt được hiệu quả.

4.2.4. *Những quá trình cơ bản của trí nhớ*

Có nhiều cách phân tích về các quá trình cơ bản của trí nhớ. Tuy nhiên, những quá trình sau là những quá trình căn bản nhất được đề cập ở nhiều quan điểm khác nhau.

4.2.4.1. Quá trình ghi nhớ

Ghi nhớ là quá trình ghi lại và giữ lại (lưu trữ) trong não con người những hình ảnh của sự vật, hiện tượng trong quá trình tri giác.

Dựa vào tính mục đích của quá trình ghi nhớ người ta chia ra ghi nhớ không chủ định và có chủ định.

* Ghi nhớ không chủ định

Ghi nhớ không chủ định là loại ghi nhớ được tiến hành mà không cần phải đề ra mục đích ghi nhớ từ trước, không cần dùng một cách thức nào để giúp cho sự ghi nhớ được dễ dàng, không đòi hỏi sự nỗ lực của ý chí.

Độ bền vững của ghi nhớ không chủ định phụ thuộc vào:
- Mức độ cảm xúc mạnh mẽ, thỏa mãn nhu cầu và mức độ hứng thú của cá nhân.
- Phụ thuộc vào màu sắc, sự di động và những đặc điểm khác của đối tượng.
- Liên quan tới mục đích và nội dung cơ bản của hoạt động của bản thân.

* Ghi nhớ có chủ định

Ghi nhớ có chủ định là loại ghi nhớ với mục đích đã được xác định từ trước. Trong quá trình ghi nhớ đòi hỏi con người phải có sự nỗ lực bản thân, phải sử dụng phương tiện và phương pháp để ghi nhớ được tốt.

Theo tính chất mối liên hệ giữa các tri thức mới và cũ, giữa các phần của dữ liệu cần ghi nhớ người ta chia ghi nhớ có chủ định làm hai loại: ghi nhớ máy móc và ghi nhớ ý nghĩa. Ghi nhớ máy móc là sự lập mối liên hệ kế cận bằng cách nhắc đi, nhắc lại nhiều lần. Ghi nhớ ý nghĩa dựa trên sự thành lập những mối liên hệ ý nghĩa giữa dữ liệu mới với dữ liệu đã có và giữa những phần của dữ liệu cần nhớ. Dữ liệu cần ghi nhớ được chia thành các phần, phân loại và hệ thống chúng theo một logic nhất định.

4.2.4.2. Sự tái hiện

Sự tái hiện là một quá trình trí nhớ làm sống lại những nội dung đã ghi nhớ. Sự tái hiện bao gồm sự nhận lại và nhớ lại.

a. Nhận lại

Nhận lại là quá trình làm nảy sinh ở trong não những hình ảnh của sự vật, hiện tượng đã được con người tri giác trước kia, giờ đây lại được xuất hiện một lần nữa.

Tính chính xác và tốc độ của nhận lại phụ thuộc vào các yếu tố sau:

– Mức độ bền vững của ghi nhớ.

– Sự giống nhau giữa các kích thích cũ và mới.

b. Nhớ lại

Nhớ lại là quá trình làm xuất hiện lại trong não những hình ảnh của sự vật và hiện tượng con người đã tri giác trước đây, mà hiện tại sự vật, hiện tượng đó không còn trực tiếp tác động vào các giác quan và não nữa.

Nhớ lại bao gồm hồi tưởng và hồi ức:

– Hồi tưởng là nhớ lại một cách có chủ định.

– Hồi ức là nhớ lại những hình ảnh cũ được khu trú trong không gian, thời gian nhất định.

Sự nhớ của con người chịu sự chi phối của các quy luật sau đây:

– Con người thường nhớ tốt, sâu sắc ở những thời điểm đầu và cuối của một quá trình hoạt động.

– Con người thường nhớ tốt, sâu sắc ở những thời điểm có những biến cố quan trọng trong cuộc đời, khi có cảm xúc mạnh mẽ.

– Ý thức được sự cần thiết phải nhớ, có mục đích.

– Nhớ những gì có liên quan đến cuộc sống, nhu cầu, hứng thú và nghề nghiệp của bản thân.

– Biết tổ chức hoạt động trí nhớ của mình (thuật nhớ).

– Biết đem vận dụng những điều đã lãnh hội vào thực tiễn.

4.2.4.3. Sự quên

a. Định nghĩa

Quên là không tái hiện lại được nội dung đã ghi nhớ trước đây vào thời điểm cần thiết.

b. Các mức độ của sự quên

Sự quên có các mức độ sau đây:

- Quên hoàn toàn có thể vì không ghi nhận rõ ràng, không chú ý đến nội dung cần nhớ.
- Quên cục bộ từng phần có thể vì không có dịp lặp lại nội dung đã tri giác được.
- Quên tạm thời hay chốc lát là do khi gặp kích thích mạnh làm ức chế một số mối liên hệ tạm thời trên vỏ não.

c. Các quy luật của sự quên

Sự quên của con người chịu sự chi phối của các quy luật sau đây:

- Con người thường quên ở những thời điểm giữa của một quá trình hoạt động.
- Con người thường quên ở những thời điểm không có những biến cố quan trọng trong cuộc đời, khi không có cảm xúc mạnh mẽ.
- Quên khi không xác định rõ mục đích, nhiệm vụ cần nhớ.
- Quên những gì ít có liên quan đến cuộc sống, nhu cầu, hứng thú và nghề nghiệp của bản thân.
- Quên những điều không vận dụng nhiều vào thực tiễn.
- Quên khi gặp kích thích mới lạ và mạnh.
- Quên khi không có thủ thuật, phương pháp ghi nhớ tốt, thiếu sự tập trung chú ý, thể lực không tốt.

4.2.5. *Các loại trí nhớ*

Trí nhớ gắn liền với toàn bộ cuộc sống và hành động của con người. Do vậy, những hình thức biểu hiện ra bên ngoài của nó cũng rất đa dạng. Dựa vào những đặc điểm của hoạt động mà trong đó diễn ra quá trình ghi nhớ cũng như tái hiện người ta phân loại trí nhớ dựa vào nguồn gốc hình thành trí nhớ, nội dung phản ánh trong trí nhớ, thời gian củng cố và giữ gìn thông tin.

* Dựa trên nguồn gốc hình thành

- Trí nhớ giống loài:

Trí nhớ giống loài là loại trí nhớ được hình thành trong quá trình phát triển chủng loại, được củng cố, di truyền từ đời này sang đời khác và mang tính chất chung cho cả loài và giống. Loại trí nhớ này được biểu hiện ở phản xạ không điều kiện, hình thức bản năng.

- Trí nhớ cá thể:

Trí nhớ cá thể là loại trí nhớ được hình thành trong quá trình phát triển cá thể, nó hình thành chủ yếu trong cuộc sống ở động vật, loại trí nhớ này được biểu hiện bằng những kỹ xảo, những phản xạ có điều kiện.

Ở con người, trí nhớ cá thể được biểu hiện ở kho tàng kinh nghiệm phong phú của từng cá nhân. Não người khác xa não vật ở chỗ có khả năng tiếp nhận kích thích và biến đổi những kích thích đó.

* Dựa trên nội dung phản ánh trong trí nhớ

- Trí nhớ vận động:

Trí nhớ vận động là loại trí nhớ phản ánh những quá trình vận động ít nhiều mang tính chất tổ hợp. Trí nhớ vận động có vai trò để hình thành các kỹ năng vận động, kỹ xảo và thói quen trong lao động.

- Trí nhớ xúc cảm:

Trí nhớ xúc cảm là trí nhớ về những xúc cảm, tình cảm đã diễn ra trong một hoạt động trước đây. Những xúc cảm, tình cảm đó trở thành một loại tín hiệu đặc biệt, kích

thích hoặc kìm hãm hành động. Trí nhớ xúc cảm có vai trò để cá nhân cảm nhận được giá trị thẩm mỹ trong hành vi, cử chỉ, lời nói và trong nghệ thuật.

- *Trí nhớ hình ảnh*:

Trí nhớ hình ảnh là loại trí nhớ đối với một ấn tượng mạnh thuộc về một cơ quan cảm giác. Trí nhớ hình ảnh phát triển cũng như có ảnh hưởng khác nhau đối với những người khác nhau.

Trí nhớ hình ảnh đặc biệt phát triển rõ ràng ở những người làm công tác nghệ thuật. Ví dụ: Ở họ phát triển hiện tượng Di giác, đó là hiện tượng mà biểu tượng của trí nhớ nảy sinh trong não một cách sống động tựa như con người thấy những vật không có trước mắt, nghe âm thanh không có trong hiện tại, nghĩa là đó là một loại biểu tượng đặc biệt rất chi tiết, đầy đủ như là hình ảnh của tri giác.

- *Trí nhớ từ ngữ - logic:*

Trí nhớ từ ngữ - logic là loại trí nhớ thể hiện trong việc ghi nhớ, tái hiện lại những khái niệm, tư tưởng, ý nghĩ của con người.

Trí nhớ từ ngữ - logic là loại trí nhớ đặc trưng cho con người. Nó trở thành loại trí nhớ chủ đạo ở người, giữ vai trò chính trong sự lãnh hội tri thức.

* Dựa trên thời gian củng cố và giữ gìn

- *Trí nhớ ngắn hạn:*

Trí nhớ ngắn hạn là loại trí nhớ ở ngay sau khi giai đoạn vừa ghi nhớ.

- *Trí nhớ dài hạn:*

Trí nhớ dài hạn là loại trí nhớ sau giai đoạn ghi nhớ một khoảng thời gian cho đến mãi mãi. Loại trí nhớ này đóng vai trò đặc biệt quan trọng để con người tích lũy tri thức.

- *Trí nhớ thao tác (trí nhớ làm việc):*

Trí nhớ thao tác là loại trí nhớ được huy động từ trí nhớ dài hạn (và có khi cả trí nhớ ngắn hạn) để cá nhân thực hiện những thao tác, hành động khẩn thiết, hành động lời nói, hành động phức tạp.

4.2.6. *Trí nhớ và nhân cách*

4.2.6.1 Mức độ của trí nhớ nói chung

Có thể chia mức độ của trí nhớ làm ba mức độ từ cao xuống thấp:

- Trí nhớ tái hiện: Khả năng nhớ lại đối tượng ghi nhớ không cần tri giác nó
- Trí nhớ tái nhận: Khả năng nhớ lại đối tượng ghi nhớ cần tri giác nó
- Trí nhớ khai thông: Là mức độ thấp nhất của trí nhớ, biểu hiện là không nhớ lại được nhưng khi học lại từ đầu thì lại nhớ nhanh hơn so với lần học đầu tiên.

4.2.6.2 Những khác biệt cá nhân về trí nhớ

Giữa các cá nhân thì trí nhớ không thể như nhau. Sự khác biệt giữa các cá nhân về trí nhớ phụ thuộc vào các điều kiện như: đặc điểm nhân cách, lứa tuổi và thậm chí là giới tính.

Những khác biệt cá nhân về trí nhớ được biểu hiện ở các phẩm chất của trí nhớ.

- Các phẩm chất của trí nhớ:
  + Độ nhanh của sự ghi nhớ.
  + Độ chính xác và độ bền của của sự gìn giữ.
  + Độ dễ dàng của sự tái hiện.
- Các phẩm chất trên có thể kết hợp với nhau theo những cách khác nhau:
  + Nhớ nhanh và lâu quên.
  + Nhớ nhanh nhưng chóng quên.
  + Nhớ chậm nhưng lâu quên.
  + Nhớ chậm và chóng quên.

4.3. NHẬN THỨC LÝ TÍNH

Nếu như nhận thức cảm tính chỉ dừng ở mức nhận thức được các đặc điểm bên ngoài của sự vật hiện tượng cũng như hình ảnh tìm được không thực sự chính xác và hướng đến bản chất thì nhận thức lý tính sẽ là mức độ nhận thức phản ánh những yếu tố thuộc về bản chất, hướng đến cái chưa biết và cái mới.

Dựa trên nền tảng của nhận thức cảm tính với những hình ảnh có được khi sự vật hiện tượng tác động trực tiếp vào các giác quan và được phản ánh một cách trực tiếp, nhận thức lý tính sẽ phải nhận thức những cái đã diễn ra trong quá khứ và cả những gì sẽ xảy ra ở một tương lai được dự báo, phản ánh những yếu tố bản chất, những mối liên hệ quan hệ qua lại có tính quy luật bằng những "sức mạnh" đặc thù của mình.

Nhận thức lý tính bao gồm hai quá trình có liên hệ quan hệ mật thiết với nhau, hỗ trợ cho nhau: tư duy và tưởng tượng.

4.3.1. *Tư duy*

4.3.1.1 Định nghĩa

Đứng trước những bài toán, những tình huống mà chỉ dùng cảm giác và tri giác, con người sẽ không thể trả lời được những câu hỏi mang tính bản chất, những cái chưa biết, vì vậy, con người phải tư duy để giải quyết vấn đề, tìm ra cái mới mà cái mới ấy chính là những đặc điểm bên trong, những thuộc tính bản chất, những mối liên hệ quan hệ có tính quy luật... Mức độ nhận thức đó gọi là quá trình tư duy vì nó diễn ra theo một diễn tiến có mở đầu, diễn biến và kết thúc.

Đứng trước những thách thức của cuộc sống, con người không thể giải quyết được nhiệm vụ phức tạp nếu chỉ nhận ra những đặc điểm bên ngoài hay phản ánh ở thực tại. Trong những trường hợp đó, bài toán chỉ được giải quyết khi chủ thể nỗ lực nhận thức một cách cao độ, phản ánh sự vật hiện tượng hay nhìn nhận và giải quyết bài toán một cách gián tiếp với những dự báo, dự đoán có cơ sở khoa học dựa trên

những nguyên lý và quy luật, đó chính là tư duy. Nhờ tư duy, con người thực hiện quá trình suy nghĩ, tìm kiếm những đáp số cho các bài toán khoa học và các vấn đề từ thực tiễn một cách có căn cứ.

Vậy, tư duy là một quá trình nhận thức phản ánh những thuộc tính bản chất, những mối liên hệ, quan hệ có tính quy luật của sự vật hiện tượng khách quan mà trước đó ta chưa biết.

4.3.1.2 Đặc điểm

Tư duy thuộc thang bậc nhận thức lý tính - mức độ cao của hoạt động nhận thức của con người nên bao gồm những đặc điểm sau:

a. Tính có vấn đề của tư duy

Tư duy nảy sinh dựa trên sự tác động của thực tiễn vào não bộ nhưng không phải mọi tình huống hay mọi hoàn cảnh con người đều tư duy. Tư duy chỉ nảy sinh trong những tình huống mà con người chưa biết, đang quan tâm, đang thắc mắc và thực sự có nhu cầu cần giải quyết. Những tình huống thúc đẩy con người tư duy thường được gọi là tình huống có vấn đề.

Tình huống có vấn đề được hiểu là một tình huống con người không thể giải quyết ngay lập tức với vốn hiểu biết cũ, phương pháp hành động cũ và những kinh nghiệm hiện hữu. Để giải quyết được vấn đề hay trả lời được cho câu hỏi, con người cần vượt ra khỏi phạm vi cũ và đi tìm cái mới, đạt đuợc mục đích mới. Tuy vậy, điều cốt lõi là chủ thể phải nhận thức được mâu thuẫn hay "câu hỏi đích thực" trong vấn đề hay trong bài toán thì mới có thể giải quyết được tình huống.

Ở đây, cũng cần nhấn mạnh là không phải mọi bài toán, mọi câu hỏi khó đều trở thành tình huống có vấn đề. Tình huống có vấn đề mang tính chủ quan đối với mỗi cá nhân nghĩa là cá nhân thực sự nhận thức được tình huống và có nhu cầu giải quyết tình huống ấy. Mặt khác, cá nhân phải có những tri thức cần thiết liên quan đến vấn đề hay tình huống ấy, có những kinh nghiệm nhất định và hứng thú để giải quyết vấn đề sau những cố gắng nhất định.

Nói tóm lại, tình huống có vấn đề mang tính chủ thể và cùng một tình huống những nó sẽ là tình huống có vấn đề với người này nhưng lại không là tình huống có vấn đề với người khác. Như thế, để con người nói chung và học sinh tư duy, điều cần chú ý là phải tạo ra tình huống có vấn đề và biến nó trở thành sự bức xúc và khát khao giải quyết một cách tích cực và bền bỉ.

b. Tính gián tiếp của tư duy

Tư duy phản ánh một cách gián tiếp nghĩa là tư duy có thể giải quyết bài toán nhận thức một cách gián tiếp thông qua nhận thức, thông qua ngôn ngữ và thông qua những kinh nghiệm xã hội nhất định. Nhờ vào tính gián tiếp, tư duy phát hiện ra các thuộc tính bản chất của sự vật hiện tượng và quy luật của chúng dựa trên các công cụ, phương tiện và cả những kinh nghiệm nhận thức của cá nhân song song với các kinh nghiệm loài người.

Tính gián tiếp của tư duy còn thể hiện ở điểm tư duy không phản ánh trực tiếp bằng các giác quan do những điểm mà tư duy hướng đến là đặc điểm bên trong, đặc điểm bản chất, mối liên hệ quan hệ có tính quy luật. Mặt khác, tư duy được vận hành trên ngôn ngữ và biểu đạt bằng ngôn ngữ (biểu hiện trong ngôn ngữ, dùng ngôn ngữ để tư duy) nên tính gián tiếp của tư duy được thể hiện rõ [26].

c. Tính khái quát của tư duy

Tư duy mang tính khái quát vì tư duy có khả năng đi sâu vào nhiều sự vật hiện tượng nhằm tìm ra những thuộc tính chung, những mối liên hệ quan hệ có tính quy luật giữa chúng. Kết quả của tư duy cũng là kết quả phản ánh của hàng loạt sự vật hiện tượng, kết quả ấy cũng mang tính khái quát ở phương diện "hình ảnh" được thể hiện bằng ngôn ngữ, khái niệm...

Tính khái quát của tư duy còn được thể hiện rõ ở bình diện tư duy thường hướng đến cái chung và tìm ra cái bản chất. Để tìm được cái bản chất, tư duy hướng đến đối tượng là cái chung từ những cái riêng. Lẽ dĩ nhiên, cái khái quát tìm được phải thực sự mang tính khái quát nhằm đáp ứng yêu cầu của tư duy cũng như sự định hướng vận dụng khách quan.

d. Tư duy có quan hệ mật thiết với nhận thức cảm tính

Tư duy và nhận thức cảm tính là hai mức độ khác nhau nhưng không tách rời nhau mà có quan hệ chặt chẽ, bổ sung cho nhau, chi phối lẫn nhau trong hoạt động nhận thức. Trước hết, tư duy dựa vào nhận thức cảm tính, không tách rời nhận thức cảm tính và thường bắt đầu từ nhận thức cảm tính. Hơn thế nữa, tư duy dựa trên nguồn "nhiên liệu" đặc biệt quan trọng của nhận thức cảm tính và kết quả của tư duy luôn chứa đựng những "thành phẩm" của nhận thức cảm tính.

Ngược lại, tư duy và kết quả của tư duy ảnh hưởng mạnh mẽ, chi phối nhận thức cảm tính làm cho nhận thức cảm tính tích cực hơn, mạnh mẽ hơn, tinh vi hơn và nhạy bén hơn.

Nhìn chung, mối quan hệ giữa nhận thức cảm tính và tư duy là mối quan hệ hai chiều.

e. Tư duy có quan hệ mật thiết với ngôn ngữ

Trước hết, tư duy vận hành trên cái nền của ngôn ngữ nên tư duy có mối liên hệ chặt chẽ với ngôn ngữ. Tư duy và ngôn ngữ có mối quan hệ chặt chẽ với nhau nhưng không đồng nhất với nhau, trong đó ngôn ngữ là phương tiện của tư duy. Đây còn được xem là mối quan hệ giữa nội dung và hình thức khi ngôn ngữ là phương tiện để tư duy và là cái để biểu đạt sản phẩm của tư duy.

Hơn nữa, nhờ vào tư duy, ngôn ngữ của con người mới thực sự là ngôn ngữ mà không phải là chuỗi âm thanh vô nghĩa. Ngôn ngữ được xem là "lời" đằng sau ý của tư duy. Hơn thế nữa, chính nhờ vào tư duy, ngôn ngữ con người sẽ được cải thiện và trau chuốt và ngôn ngữ thể hiện ít nhiều khả năng tư duy của con người.

Tóm lại, quan hệ giữa tư duy và ngôn ngữ là quan hệ hai chiều và để phát triển tư duy thì sự tác động tích cực đến ngôn ngữ là điều cần thiết.

4.3.1.3 Vai trò

- Tư duy là thành phần không thể thiếu trong hoạt động nhận thức của con người, nhờ vào tư duy con người khám phá thế giới và phục vụ cho cuộc sống phát triển không ngừng của mình.

- Tư duy làm cho con người mang tính người hơn khi tư duy trở thành đặc trưng chỉ con con người mới có và thể hiện "quyền năng" của nhận thức.

- Tư duy mở rộng giới hạn và phạm vi của nhận thức cảm tính, giúp con người vượt ra khỏi những giới hạn của kinh nghiệm trực tiếp do cảm giác và tri giác đem lại.

- Tư duy góp phần giúp con người tiết kiệm sức lực trong quá trình lao động, trong quá trình tìm kiếm tri thức và làm cho con người luôn hướng đến những đỉnh cao mới của cuộc sống [28].

- Tư duy giúp con người chinh phục thế giới và làm cho xã hội loài người không ngừng tiến bộ.

4.3.1.4 Các giai đoạn của tư duy

Tư duy là một hành động bao gồm nhiều giai đoạn khác nhau. Xét trong bình diện tư quy là một quá trình giải quyết vấn đề, có thể đề cập đến những giai đoạn nhất định sau đây:

**Xác định vấn đề và biểu đạt thành nhiệm vụ tư duy*

Ở giai đoạn này, yêu cầu cơ bản là cần xác định những mâu thuẫn trong tình huống có vấn đề, mâu thuẫn giữa cái đã biết và cái phải tìm, tạo ra nhu cầu cần giải quyết, tìm thấy những tri thức đã có kinh nghiệm và xác định nhiệm vụ tư duy. Việc xác định vấn đề rõ ràng hay không rõ ràng có tầm quan trọng đặc biệt để hình dung phương pháp, áp dụng các thao tác tư duy.

**Huy động các tri thức*

Mấu chốt ở giai đoạn huy động tri thức là làm xuất hiện trong đầu những mối liên tưởng chung quanh vấn đề đang cần giải quyết. những kinh nghiệm chủ quan của chủ thể được rà soát, những tình huống đã gặp trong hiện thực được tái hiện, những tri thức khoa học hoặc cuộc sống được lục tìm để hình thành một mô hình thông tin liên kết.

**Sàng lọc các tư tưởng*

Để hình thành một ý tưởng thì việc gạt bỏ những điều kiện không cần thiết, loại bỏ những kinh nghiệm hoặc thành kiến không phù hợp và hình thành giả thuyết là yêu cầu tối quan trọng ở giai đoạn này. Giả thuyết là những kết quả giả định khi các thao tác tư duy được tiến hành. Việc hình thành giả thuyết xảy ra rất nhanh trong chủ thể có khi không kịp xác định thời gian cụ thể nhưng sản phẩm

cần đạt được đó là một "ý tưởng" cần kiểm tra.

** Kiểm tra giả thuyết*

Sau khi vận dụng các thao tác tư duy trong điều kiện có thể, chủ thể sẽ so sánh kết quả tư duy thực với giả thuyết đã xác định. Nếu giả thuyết đúng thì tiến hành giải quyết vấn đề. Nếu giả thuyết sai thì phủ định nó và hình thành giả thuyết mới về cách giải quyết vấn đề.

** Giải quyết vấn đề*

Giải quyết vấn đề để đi đến kết quả, kiểm tra lại kết quả. Giải quyết vấn đề là sự hình thành một quyết định để "làm" chứ chưa phải là hành động thực tế. Xét trên bình diện tư duy, đây là sự quyết định trên nhận thức để giải quyết bài toán của trí tuệ. Bước chuyển từ việc giải quyết vấn đề của bài toán tư duy sang hành động thực cần có thời gian và môi trường.

Các giai đoạn của tư duy tồn tại như một quá trình. Điều căn bản dễ thấy đây là quá trình động và là quá trình vòng quay liên tục. Thực hiện các giai đoạn của tư duy hiệu quả làm cho bài toán sẽ dễ dàng được giải quyết cũng như vấn đề được khám phá một cách nhanh chóng. Việc rèn luyện khả năng tư duy không thể tách rời với việc hình thành kỹ năng giải quyết vấn đề mà việc nắm chắc mô hình các giai đoạn của tư duy và biến nó thành kỹ năng thực hiện tương đối thuần thục và chắc tay là một nhiệm vụ cực kỳ quan trọng.

4.3.1.5 Các thao tác tư duy

Các thao tác tư duy được xem là những "hành động trí tuệ" căn bản để thực hiện quá trình tư duy. Ở một góc độ khác, khi tư duy diễn ra, chắc chắn phải thực hiện các thao tác tương ứng này. Vì vậy, các thao tác tư duy còn được xem như các quy luật bên trong của tư duy. Có thể đề cập đến các thao tác tư duy sau:

a. Phân tích và tổng hợp

Phân tích là tách một toàn thể thành các yếu tố, các thành phần cấu tạo nên nó, phân tích không phải là phân chia mà là xem xét vấn đề theo những lớp giá trị hoặc lớp tính chất chung nào đó. Người ta có thể phân tích một sự kiện dưới góc độ tâm lý, góc độ sinh lý, góc độ kinh tế, góc độ giáo dục… đó là một thao tác tư duy đã được triển khai.

Tổng hợp là thao tác trong đó chủ thể đưa những thuộc tính, thành phần đã được phân tích thành một chỉnh thể, một toàn thể. Tổng hợp cũng không có nghĩa là gộp một cách đơn giản các thành phần mà là kết hợp để hình thành một chỉnh thể với những ý nghĩa cụ thể. Tổng hợp thường được thực hiện sau khi phân tích nên mối quan hệ giữa phân tích và tổng hợp là mối quan hệ bền chặt.

b. So sánh

So sánh là thao tác trí tuệ dùng trí óc để xác định sự giống nhau và khác nhau

giữa các sự vật, hiện tượng. So sánh cũng có nghĩa là đặt sự vật này "bên cạnh" sự vật kia để đối chiếu, để tìm mối liên hệ và phân biệt các sự kiện ấy,… Ngoài ra, ở một độ khoa học, so sánh còn đòi hỏi chủ thể tư duy không chỉ "lấy" ra được điểm giống, khác nhau giữa hai đối tượng mà còn là sự tương tác hay mối quan hệ giữa chúng ở một chừng mực.

c. Trừu tượng hóa và khái quát hóa

Trừu tượng hóa là gạt bỏ những thuộc tính, những bộ phận, những quan hệ không cần thiết về một phương diện nào đó và chỉ lại những yếu tố cần thiết để tư duy.

Khái quát hóa là thao tác chủ thể tìm ra một thuộc tính chung cho vô số hiện tượng hay sự vật.

Trừu tượng hóa và khái quát hóa có mối liên hệ mật thiết. Con người thường khái quát hóa dựa trên trừu tượng hóa và đương nhiên trừu tượng hóa để hướng đến khái quát hóa. Xem xét trên bình diện tâm lý, con người vừa là một khái niệm trừu tượng vừa là một khái niệm có tính khái quát cao khi chúng ta tri giác, suy nghĩ về con người không phải chỉ lưu ý đến trang phục, hình thể hoặc chỉ vì một ai đó với những đặc thù của chính họ.

d. Cụ thể hóa

Cụ thể hóa là thao tác chủ thể chuyển từ trừu tượng hóa và khái quát hóa về với hiện tượng cụ thể. Nhờ cụ thể hóa mà tư duy luôn gắn liền với trực quan sinh động, không xa rời thực tế khách quan. Cụ thể hóa hướng đến việc ứng dụng tư duy trong từng tình huống hay hoàn cảnh cụ thể.

Giữa các thao tác tư duy này có mối quan hệ mật thiết với nhau. Để giải quyết một vấn đề, chủ thể sẽ thực hiện thao tác tư duy tương ứng chứ không nhất thiết thực hiện theo một trình tự nhất định. Mặt khác, tùy theo từng bài toán cụ thể, tùy theo từng độ tuổi, các thao tác tư duy sẽ được thực hiện có chọn lọc và thực hiện có điều chỉnh để đảm bao giải bài toán sao cho hiệu quả nhất nhưng tiết kiệm nhất và hứng thú nhất.

4.3.1.6 Các loại tư duy

Có thể phân loại tư duy theo nhiều phương diện khác nhau.

Xét theo phương diện hình thành và phát triển tư duy thì có thể chia tư duy thành ba loại:

** Tư duy trực quan hành động*

Tư duy trực quan hành động là loại tư duy có cả ở con người và động vật cao cấp. Đó là tư duy bằng các thao tác cụ thể hướng vào việc giải quyết một số tình huống cụ thể.

** Tư duy trực quan hình ảnh*

Tư duy trực quan hình ảnh là loại tư duy phát triển ở mức cao hơn, chỉ có ở người. Đối với loại tư duy này, việc giải quyết vấn đề dựa trên các hình ảnh của sự vật, hiện tượng.

** Tư duy trừu tượng*

Tư duy trừu tượng là loại tư duy phát triển ở mức cao nhất, chỉ có ở người. Loại tư duy này giải quyết vấn đề dựa trên những khái niệm, những mối quan hệ logic và gắn bó chặt chẽ với ngôn ngữ, lấy ngôn ngữ làm phương tiện để tư duy.

Nếu xét theo cách giải quyết vấn đề thì có thể chia tư duy ra thành làm ba loại:

** Tư duy thực hành*

Tư duy thực hành là loại tư duy với nhiệm vụ đề ra một cách trực quan, dưới hình thức cụ thể và được giải quyết bằng những hành động thực hành, vừa thực hành vừa tìm cách thức giải quyết tiếp theo.

** Tư duy hình ảnh cụ thể*

Tư duy hình ảnh cụ thể là loại tư duy mà việc giải quyết nhiệm vụ dựa trên hình ảnh trực quan đã có. Loại tư duy hình ảnh cụ thể rất có ý nghĩa trong quá trình thực hiện các kỹ năng thực hành, các hình thức lao động cụ thể.

** Tư duy lý luận*

Tư duy lý luận là loại tư duy đòi hỏi phải sử dụng những khái niệm trừu tượng, những tri thức lý luận để giải quyết những vấn đề không cụ thể, những vấn đề cần có cơ sở lý thuyết.

Trong thực tế con người thường ít khi sử dụng chỉ một loại tư duy nào đó mà thường sử dụng phối hợp nhiều loại tư duy, trong đó có một loại tư duy nhất định nào đó giữ vai trò chủ yếu.

** Tư duy sáng tạo*

Mỗi người làm việc, không thể không suy nghĩ và đòi hỏi cải tiến công việc làm cơ sở cho mọi suy nghĩ của con người.

Tư duy sáng tạo được hiểu là một kiểu tư duy đặc trưng bởi sự sản sinh ra sản phẩm mới và xác lập các thành phần mới của hoạt động nhận thức nhằm tạo ra nó. Những thành phần này có liên quan đến động cơ, mục đích, đánh giá, các ý tưởng của chủ thể sáng tạo.

Tư duy sáng tạo là khả năng giải quyết vấn đề bằng cách tạo ra một cái mới, bằng cách thức mới nhưng đạt được kết quả một cách hiệu quả. Tư duy sáng tạo gần như là tài nguyên cơ bản của con người. Con người luôn luôn phải tư duy sáng tạo vì mọi thứ luôn vận động, biến đổi kể cả mọi việc cần được giải quyết

đơn giản hơn, tốt hơn dù là ta có ở mức nào đi chăng nữa [28].

Tư duy sáng tạo gắn liền với việc đưa ra cái mới, sáng chế mới, ý tưởng mới, phương án giải quyết mới. Tư duy sáng tạo thuộc về năng lực ra quyết định, kết hợp độc đáo, liên tưởng hay phát ra ý tưởng mới có lợi.

Việc phân loại tư duy nêu trên cũng chỉ mang tính chất tương đối. Điều cần chú ý là con người sẽ có ưu thế từng loại tư duy ở mỗi độ tuổi. Yếu tố quan trọng cần chú ý là phát triển rộng các loại tư duy nhưng khai thác tính độc đáo và đặc trưng của loại tư duy ưu thế ở cá nhân mình để đáp ứng yêu cầu của công việc, nghề nghiệp và phát triển đỉnh cao.

4.3.2. *Tưởng tượng*

4.3.2.1 Định nghĩa

Tưởng tượng là một quá trình nhận thức phản ánh hiện tượng ở dạng đặc biệt, dạng những hình ảnh, khái niệm, tư tưởng mới, chủ quan hay khách quan, xây dựng trên cơ sở những hình ảnh của tri giác, trí nhớ cũng như những kiến thức nhận được. Trên bình diện này, có thể đề cập đến một vài định nghĩa sau về tưởng tượng.

Theo tác giả Phạm Minh Hạc (1987): Tưởng tượng là một quá trình tâm lý phản ánh những cái chưa từng có trong kinh nghiệm của cá nhân bằng cách xây dựng những hình ảnh mới trên cơ sở những biểu tượng đã có [7].

Theo Robert J. Sternberg (1999), tưởng tượng có thể hiểu là việc tìm ra những cái gì chưa thấy bằng các cảm giác trước đó cũng như những gì không tồn tại bên ngoài trí não của cá nhân bằng cách tạo ra hình ảnh mới.

Nhìn chung, có thể định nghĩa tưởng tượng như sau: Tưởng tượng là quá trình tâm lý phản ánh những cái chưa từng có trong kinh nghiệm của cá nhân bằng cánh xây dựng những hình ảnh mới dựa trên cơ sở những biểu tượng đã có.

4.3.2.2 Đặc điểm

a. Tưởng tượng nảy sinh trong hoàn cảnh có vấn đề

Tưởng tượng và tư duy đều là quá trình nhận thức lý tính. Cũng giống như tư duy, tưởng tượng chỉ nảy sinh khi con người đứng trước một hoàn cảnh có vấn đề, nghĩa là đứng trước những đòi hỏi mới, thực tiễn mới chưa từng gặp và động cơ thúc đẩy quá trình tưởng tượng cũng là nhu cầu khám phá, làm sáng tỏ cái mới.

Vậy đứng trước một hoàn cảnh có vấn đề thì khi nào con người tư duy, khi nào tưởng tượng? Điều này tùy thuộc vào tính bất định (không xác định, không rõ ràng) của hoàn cảnh có vấn đề nhiều hay ít. Nếu những dữ liệu khởi đầu của nhiệm vụ, hay bài toán, một vấn đề khoa học là rõ ràng, sáng tỏ thì quá trình giải quyết nhiệm vụ chủ yếu được tuân theo những quy luật của tư duy. Còn khi hoàn cảnh có vấn đề mang tính chất bất định lớn, những dữ liệu khởi đầu khó được phân tích một cách chính xác thì quá trình giải quyết nhiệm vụ diễn ra theo cơ chế

tưởng tượng.

Như vậy, khi con người chỉ có những thông tin mơ hồ, chưa rõ ràng, hoặc khi con người chưa đủ tri thức để giải quyết vấn đề theo quy luật của tư duy thì con người giải quyết vấn đề bằng tưởng tượng. Giá trị của tưởng tượng là cho phép con người đi đến quyết định và tìm ra được giải pháp trong hoàn cảnh có vấn đề ngay cả khi không có đủ những tri thức cần thiết để tư duy, tưởng tượng cho phép ta "nhảy cóc" qua một vài giai đoạn nào đó của tư duy mà vẫn hình dung được kết quả cuối cùng.

Khác với những nhiệm vụ của tư duy, nhiệm vụ của tưởng tượng có đặc điểm là tính rộng mở. Trước mỗi nhiệm vụ có nhiều cách giải quyết. Đơn cử như nhà văn có thể xây dựng nhân vật của mình bằng nhiều cách khác nhau, kiến trúc sư thiết kế một loại nhà nhưng đa dạng về hình thức và phong cách…

b. Ngôn ngữ là điều kiện cần thiết cho tưởng tượng

Khi tưởng tượng, con người sử dụng các biểu tượng để tạo ra các biểu tượng mới. Những biểu tượng này có thể coi như một dạng tín hiệu thứ hai (có thể coi tưởng tượng là tư duy hình tượng).

Sản phẩm của tưởng tượng cũng phải được ta sử dụng ngôn ngữ để biểu đạt. Vì vậy, ngôn ngữ là điều kiện và là chất liệu đặc biệt quan trọng để tưởng tượng và thể hiện sản phẩm của tưởng tượng.

c. Tưởng tượng phản ánh gián tiếp, khái quát

Tưởng tượng là quá trình xây dựng nên những hình ảnh, biểu tượng mới trên cơ sở những biểu tượng đã có (biểu tượng của trí nhớ - hình ảnh của sự vật, hiện tượng mà trước đây ta đã tri giác). Do đó sự phản ánh của tưởng tượng mang tính chất gián tiếp và khái quát. Có thể phân tích tính gián tiếp và tính khái quát của tưởng tượng như sau:

- Tính gián tiếp của tưởng tượng:

Tính gián tiếp của tưởng tượng là do các biểu tượng của tưởng tượng chính là biểu tượng cũ được sắp xếp, "chế biến" lại, nó là "biểu tượng" của "các biểu tượng".

- Tính khái quát của tưởng tượng:

Tính khái quát của tưởng tượng là do biểu tượng mới là những nét chung của sự vật, nét cơ bản của sự vật mà ta đã tri giác trước đây.

d. Tưởng tượng liên hệ chặt chẽ với nhận thức cảm tính

Trong quá trình tưởng tượng chúng ta sử dụng những biểu tượng của trí nhớ, do nhận thức cảm tính cung cấp. Nói khác đi, tưởng tượng sử dụng nguồn nguyên liệu đặc biệt do nhận thức cảm tính đem lại. Vì vậy, tưởng tượng có quan hệ mật

thiết với nhận thức cảm tính.

4.3.2.3 Vai trò

Tưởng tượng đóng vai trò to lớn với mọi hoạt động của con người. Trong hoạt động lao động, tưởng tượng cho phép con người hình dung được kết quả trung gian và cuối cùng của lao động trước khi bắt đầu hoạt động lao động. Do đó, tưởng tượng giúp chúng ta định hướng trong quá trình hoạt động bằng cách tạo ra mô hình tâm lý về những sản phẩm của lao động, điều này hỗ trợ cho sự thể hiện thành hiện vật của những sản phẩm đó.

Tưởng tượng cần thiết đối với hoạt động dạy học và giáo dục. Khi chuẩn bị bài giảng, người giáo viên phải hình dung trước được tiến trình của bài giảng, phải dự kiến được các phản ứng có thể có của học sinh, các câu hỏi và câu trả lời của các em…Khi tiến hành công tác giáo dục, giáo viên cũng phải tạo ra trong não mình hình ảnh của con người "mẫu mực" mà mình muốn giáo dục ở học sinh, với tất cả các phẩm chất tâm lý của con người ấy.

Trong hoạt động học tập, nếu không có sự phát triển đầy đủ của tưởng tượng thì học sinh không thể học tập có kết quả được. Đơn cử như khi đọc hoặc kể lại một tác phẩm văn học, học sinh phải hình dung được ở trong đầu cái mà tác giả nói đến. Học lịch sử, học sinh phải tưởng tượng được những hình ảnh của một trận đánh qua lời mô tả của giáo viên…

Tưởng tượng còn có ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách của học sinh. Hình ảnh mẫu người lý tưởng mà học sinh muốn noi theo được tạo ra dưới ảnh hưởng của tưởng tượng sẽ là động cơ quan trọng để học sinh phấn đấu.

4.3.2.4 Phân loại tưởng tượng

Có một số cách phân loại tưởng tượng khác nhau. Sự phân loại này thường dựa trên đặc điểm và nguyên nhân phát sinh, tính tích cực hay không tích cực, sự hướng về tương lai của tưởng tượng.

** Căn cứ vào đặc điểm và nguyên nhân phát sinh*

- Tưởng tượng không có ý thức:

Đây là loại tưởng tượng xuất hiện do sự phát sinh và phức hợp hóa các biểu tượng không có ý thức nhất định của con người (trẻ nhỏ, nằm mê, ngủ gật, lúc sảng khoái…).

- Tưởng tượng có ý thức:

Loại tưởng tượng này có được do sự xây dựng có định trước những hình tượng tùy theo nhiệm vụ được đặt ra cho một hình thức hoạt động nhất định (trò chơi sắm vai, quá trình lao động, hoạt động sáng tác…).

Tưởng tượng có ý thức bao gồm các loại sau:

+ Tưởng tượng tái tạo: là loại tưởng tượng xây dựng bức tranh trực quan theo lời mô tả hoặc sơ đồ và kinh nghiệm của con người.

+ Tưởng tượng sáng tạo: là loại tưởng tượng tạo ra những hình tượng mới trong quá trình hoạt động sáng tạo của con người (trong nghệ thuật, khoa học…). Không có tưởng tượng sáng tạo thì sẽ không có phát minh, thiết kế.

** Căn cứ vào tính tích cực hay không tích cực*

- Tưởng tượng tiêu cực:

Tưởng tượng tiêu cực là loại tưởng tượng tạo ra những hình ảnh không có thật trong cuộc sống, những chương trình hoạt động không thực hiện và không thể thực hiện được.

- Tưởng tượng tích cực:

Tưởng tượng tích cực là loại tưởng tượng tạo ra những hình ảnh, chương trình thực hiện được.

** Căn cứ vào hình ảnh tương lai*

- Ước mơ:

Ước mơ là loại tưởng tượng không hướng vào hoạt động hiện tại mà hướng vào tương lai có sức hấp dẫn giúp con người có khát khao hoạt động. Ước mơ là loại tưởng tượng sáng tạo nhưng không trực tiếp hướng vào hoạt động trong hiện tại nên động cơ thúc đẩy hoạt động không thực sự hiệu quả.

- Lý tưởng:

Lý tưởng là loại tưởng tượng có tính hiện thực cao và được xem như một mục tiêu cao đẹp, thúc đẩy con người vươn tới. Lý tưởng có tính tích cực và thúc đẩy con người vươn đến bằng một nỗ lực cực kỳ mạnh mẽ.

4.3.2.5 Các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng

Hình ảnh mới của tưởng tượng được sáng tạo bằng nhiều cách khác nhau. Có thể đề cập đến các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng cơ bản sau đây:

a. Thay đổi kích thước, số lượng của sự vật hay các thành phần của sự vật

Là cách thức tạo ra hình ảnh mới bằng thủ thuật biến đổi kích thước, số lượng của bản thân sự vật hay các thành phần chứa trong sự vật - hiện tượng. Các hình ảnh như người khổng lồ, người tí hon, phật bà trăm tay nghìn mắt…là những hình ảnh mới của tưởng tượng được tạo ra bằng cách này.

b. Nhấn mạnh các chi tiết, thành phần, thuộc tính của sự vật:

Là cách thức tạo ra hình ảnh mới bằng sự nhấn mạnh một đặc điểm, thành phần nhất định chứa trong sự vật - hiện tượng. Sự nhấn mạnh đặc biệt hoặc đưa lên hàng đầu một phẩm chất nào đó, một mối quan hệ nào đó của một sự vật, hiện tượng này với những sự vật, hiện tượng kia sẽ tạo ra hình ảnh mới độc đáo và lý thú.

Ví dụ: những hình ảnh hay nhân vật như: Chai-en, to khỏe, thích quyền lực; Xê-ko, mách lẻo, mỏ nhọn…trong truyện tranh Đô-rê-mon của Nhật Bản là sản phẩm của cách thức này.

Ngoài ra, có thể nhận thấy các hình ảnh trong tranh biếm họa đã được sáng tác theo phương pháp nhấn mạnh này. Một biến dạng của phương pháp này là phương pháp cường điệu cũng tạo ra những hình ảnh sáng tạo kỳ thú đến bất ngờ.

c. Chắp ghép (kết dính):

Là cách thức tạo ra hình ảnh mới bằng cách ghép các bộ phận của nhiều sự vật, hiện tượng khác nhau thành một hình ảnh mới. Trong đó, các bộ phận hợp thành vẫn giữ nguyên, không bị thay đổi, chế biến, chúng chỉ được ghép nối với nhau một cách đơn giản mà thôi.

Ví dụ: hình ảnh con rồng, nhân sư được ghép nối giản đơn từ từng bộ phận của những con vật "gốc" nguyên thủy.

d. Liên hợp

Là cách thức tạo ra hình ảnh mới bằng sự tổng hợp sáng tạo dựa trên nguyên lý liên hợp. Hình ảnh tạo được mang tính mới được hợp thành bởi những bộ phận của cái cũ. Tuy nhiên, khi tham gia vào "hình ảnh mới" các yếu tố ban đầu bị cải tổ, biến đổi và nằm trong những mối tương quan mới.

Ví dụ: Xe điện bánh hơi, thủy phi cơ vẫn có hình ảnh của các bộ phận ở cái cũ nhưng đã được cải biến để chức năng bộ phận và chức năng tổng hợp của cái mới đã thay đổi.

Liên hợp là một sự tổng hợp sáng tạo, chứ không phải là một sự tổng hợp đơn giản các yếu tố đã biết. Phương pháp này được sử dụng trong văn học nghệ thuật để xây dựng các hình tượng văn học, nghệ thuật; trong khoa học, kỹ thuật để thiết kế các công cụ, thiết bị kỹ thuật.

e. Điển hình hóa

Là cách thức tạo ra hình ảnh mới bằng cách tạo ra hình ảnh mới độc đáo mang tính nổi trội, điển hình một cách đặc biệt. Yếu tố mấu chốt của cách thức sáng tạo này là sự tổng hợp sáng tạo mang tính chất khái quát những thuộc tính và đặc điểm cá biệt, điển hình của nhân cách như là đại diện của một giai cấp hay tầng lớp xã hội dựa trên nền tảng một đặc điểm "gốc".

Ví dụ: nhân vật Chí Phèo trong truyện ngắn cùng tên của Nam Cao, chị Dậu…trong truyện Tắt đèn của Ngô Tất Tố đều được tạo nên bằng cách thức này để trở nên nổi trội và điển hình. Cách thức này được sử dụng nhiều trong hoạt động sáng tác văn học nghệ thuật, trong điêu khắc.

f. Loại suy (tương tự)

Là cách thức tạo ra hình ảnh mới dựa trên những hành động, sự vật, hiện tượng có thực, tạo ra những cái mới, những máy móc tương tự về mặt hình ảnh - chức năng.

Ví dụ: cái búa, người máy là những hình ảnh sáng tạo dựa trên các thao tác có thật của con người trong cuộc sống lao động, sản xuất.

Ngày nay, ngành phỏng sinh học ra đời là một bước phát triển cao của phương pháp loại suy trong quá trình sáng chế, phát minh của các nhà khoa học, kỹ thuật. Đó chính là những cái mới có được nhờ vào sản phẩm của loại suy.

4.4. CHÚ Ý

4.4.1. *Định nghĩa về chú ý*

Trong môi trường xung quanh luôn có vô vàn sự vật tác động vào nhưng chúng ta không thể quan tâm hết tất cả sự vật trong cùng một lúc. Con người phải chọn lựa, biết tập trung và quan tâm vào các đối tượng có liên quan đến những nhiệm vụ, những hoạt động cần phải tiến hành. Hiện tượng này được gọi là chú ý.

Chú ý là sự tập trung của ý thức vào một hay một nhóm sự vật, hiện tượng, để định hướng hoạt động, đảm bảo điều kiện thần kinh - tâm lý cần thiết cho hoạt động tiến hành có hiệu quả.

Chú ý là một trạng thái tâm lý thường xuất hiện song hành với các hoạt động tâm lý mà chủ yếu là các hoạt động nhận thức. Chú ý là nền tảng để hoạt động nhận thức diễn ra một cách dễ dàng, nhanh chóng và chính xác hơn. Khi đi với quá trình nhận thức thì chú ý "hỗ trợ" con người nhận biết được một cách dễ dàng hơn các thuộc tính của sự vật, phát hiện ra vấn đề và từ đó có nhu cầu tiến hành hoạt động tư duy để giải quyết chúng. Chú ý không có đối tượng riêng, đối tượng của đó chính là đối tượng của hoạt động tâm lý mà nó xuất hiện cùng. Chẳng hạn, khi học sinh giải một bài toán thì đối tượng chú ý của học sinh lúc bấy giờ chính là nội dung và các dữ kiện bài toán đưa ra.

Người kém khả năng chú ý, hay quên ta gọi là người đãng trí. Nhưng có khi hoạt động tâm lý quá tập trung vào cái này mà quên mất cái khác, ta gọi là "hiện tượng đãng trí bác học".

Biểu hiện bên ngoài của sự chú ý thường thể hiện bằng những hình thức như nhìn "chằm chằm", "không chớp mắt", "há hốc miệng" hoặc chuyển động của cơ thể theo sự di chuyển của đối tượng chú ý.

Biểu hiện bên trong khi chú ý tập trung lâu dài là hô hấp trở nên nông hơn, thưa hơn, thời gian hít vào ngắn hơn so với thời gian thở ra. Người giáo viên cần quan tâm để điều khiển và định hướng sự chú ý của học sinh. Cần phân biệt chú ý thật và vờ chú ý, cũng như không chú ý thật và vờ không chú ý. Khi đánh giá chú ý cần căn cứ vào hiệu quả của chú ý, tuy nhiên cũng không hiếm trường hợp chú ý tốt nhưng hiệu quả nhận thức không cao do các nguyên nhân khác nhau của chủ thể.

Tóm lại, chú ý là sự tập trung của ý thức vào một hay một nhóm sự vật, hiện tượng để định hướng hoạt động, đảm bảo điều kiện cần thiết cho hoạt động tiến hành có hiệu quả.

4.4.2. *Phân loại chú ý*

Chú ý được phân chia thành ba loại sau: chú ý không chủ định, chú ý có chủ định, chú ý sau chủ định.

a. Chú ý không chủ định

Chú ý không chủ định là loại chú ý không có mục đích tự giác, không cần sự nỗ lực của bản thân, không sử dụng một biện pháp thủ thuật nào mà vẫn chú ý được vào đối tượng.

Chú ý không chủ định có thể xuất hiện tùy thuộc vào một số đặc điểm của kích thích:

– *Độ mới lạ của kích thích*: Vật kích thích càng mới, càng dễ ra chú ý không chủ định; ngược lại, vật kích thích càng rập khuôn bao nhiêu thì càng mau mất chú ý không chủ định bấy nhiêu.

– *Cường độ kích thích:* Kích thích càng mạnh thì dễ tạo ra chú ý không chủ định, nhưng kích thích quá mạnh sẽ tạo ra phản ứng ngược, chú ý sẽ bị ức chế. Tuy nhiên, chú ý phụ thuộc vào cường độ kích thích chỉ mang tính chất tương đối. Bởi vì chú ý còn chịu ảnh hưởng của các hiện tượng tâm lý và sinh lý khác, như hứng thú, nhu cầu, xúc cảm…

– *Độ hấp dẫn của vật kích thích*: Đặc điểm này tổng hợp của hai đặc điểm trên thể hiện ở mức độ phù hợp với người bị tác động, gây ra sự tò mò, thích thú, thu hút sự chú ý của người đó.

b. Chú ý có chủ định

Chú ý có chủ định là loại chú ý có mục đích tự giác, có biện pháp để hướng chú ý vào đối tượng, đòi hỏi một sự nỗ lực nhất định. Chú ý có chủ định không tùy thuộc vào đối tượng mới lạ hay quen thuộc, có cường độ kích thích mạnh hay yếu, hấp dẫn hay không hấp dẫn, ta tập trung vào đối tượng hay sự vật để tiến hành một hoạt động tương ứng theo một động cơ nhất định, bao gồm các hành động nhằm vào một mục đích nhất định.

Chú ý có chủ định có những đặc điểm cơ bản sau:

– Có mục đích tự giác, có kế hoạch biện pháp để chú ý.

– Có liên quan chặt chẽ với hệ thống tín hiệu thứ hai, tình cảm, hứng thú của cá nhân.

– Tính bền vững cao.

– Đòi hỏi sự nỗ lực ý chí nhất định của chủ thể để khắc phục những trở ngại bên ngoài hoặc bên trong của chủ thể.

Chú ý có chủ định đóng vai trò rất quan trọng trong các quá trình nhận thức, nó là nền tảng để quá trình nhận thức, nó giúp cung cấp các dữ kiện một cách hợp lý và chính xác để nhận thức có thể đạt được hiệu quả tối ưu. Mặt hạn chế của chú ý có chủ

định là nếu chú ý lâu sẽ sinh ra mệt mỏi, căng thẳng thần kinh, giảm hứng thú hoạt động.

c. Chú ý sau chủ định

Chú ý sau chủ định thật chất là chú ý có chủ định nhưng không đòi hỏi sự căng thẳng về ý chí, con người bị cuốn hút vào nội dung và phương thức hoạt động bởi sự hấp dẫn của đối tượng tới mức không cần sự cố gắng, sự căng thẳng thần kinh và sự nỗ lực của ý chí.

Ba loại chú ý trên có liên quan với nhau, có thể mở đầu bằng chú ý không chủ định, rồi tiếp theo là chú ý có chủ định và có thể kết thúc là chú ý sau chủ định. Mỗi loại đều giữ một vai trò nhất định trong hoạt động của con người, trong đó chú ý sau chủ định là loại chú ý cần hình thành trong hoạt động nhận thức của con người.

4.1.2. Các thuộc tính cơ bản của chú ý

a. Sức tập trung của chú ý

Ở một thời điểm, trong nhiều tác động, ta có khả năng tách một phạm vi có hạn thành đối tượng của chú ý hướng vào đó, mà tiến hành hoạt động cần thiết với số đối tượng ấy. Số lượng các đối tượng mà chú ý hướng vào gọi là khối lượng chú ý. Khối lượng này tùy thuộc vào đặc điểm của đối tượng, cũng như nhiệm vụ và đặc điểm của hoạt động.

b. Tính bền vững của chú ý

Bộc lộ khả năng duy trì lâu dài chú ý vào một hay một số đối tượng của hoạt động. Ngược với sự bền vững chú ý là sự phân tán chú ý, sự phân tán chú ý diễn ra theo chu kỳ, xen kẽ giữa sự bền vững và phân tán chú ý gọi là sự dao động chú ý. Tính bền vững của chú ý không mâu thuẫn với sức tập trung chú ý và sự di chuyển của chú ý. Đặc điểm cá nhân, điều kiện khách quan của hoạt động chi phối đến sự bền vững của chú ý.

c. Sự phân phối chú ý

Bộc lộ khả năng trong cùng một lúc chú ý đầy đủ đến nhiều đối tượng hay nhiều hoạt động khác nhau một cách có chủ định. Các đối tượng chính được chú ý nhiều hơn những đối tượng khác chứ không phải là phân chia chú ý một cách đồng đều cho mọi đối tượng hoạt động. Sự phân phối chú ý không có mâu thuẫn với sức tập trung chú ý vì trong phân phối chú ý cũng có sự tập trung chú ý vào hoạt động mới.

d. Sự di chuyển chú ý

Bộc lộ khả năng chuyển chú ý từ đối tượng này sang đối tượng khác kịp thời đáp ứng nhiệm vụ của hoạt động mới. Sự di chuyển chú ý không mâu thuẫn với độ bền vững của chú ý và cũng không phải là phân tán chú ý. Nó được di chuyển từ đối tượng này sang đối tượng khác một cách có ý thức và khi chuyển sang đối tượng chú ý mới thì chú ý được tập trung với cường độ cao.

Những thuộc tính cơ bản trên của chú ý đều có vai trò nhất định đối với hoạt động của con người. Mỗi thuộc tính đều có thể giữ vai trò tích cực hoặc không tích

cực. Tuy nhiên, giữa chúng lại có quan hệ bổ sung cho nhau, khắc phục cho nhau nếu biết sử dụng, phối hợp các đặc điểm ấy thì hoạt động sẽ được tiến hành một cách hiệu quả.

Chú ý có liên quan đến tất cả các quá trình tâm lý ở con người mà đặc biệt là quá trình nhận thức. Chú ý góp phần thu thập dữ liệu một cách đầy đủ và chính xác để điều chỉnh và thúc đẩy hoạt động nhận thức của con người. Sự phát triển trí tuệ của con người được thực hiện bằng con đường lĩnh hội các tri thức do loài người tạo ra trong quá trình phát triển xã hội - lịch sử dựa trên nền tảng của sự chu ý. Chính sự chú ý "đi kèm" với các quá trình tâm lý ấy đã tạo điều kiện sự lĩnh hội diễn ra một cách phù hợp và đạt được hiệu quả tối ưu. Vì vậy, có thể xem chú ý là một thành phần quan trọng trong hoạt động nhận thức của con người.

PHẦN TÓM TẮT

– Hoạt động nhận thức là hoạt động phản ánh thế giới xung quanh bằng các giác quan và não bộ. Hoạt động này gồm hai mức độ: nhận thức cảm tính (với cảm giác và tri giác), nhận thức lý tính (với tư duy và tưởng tượng) và trí nhớ được xem là bước chuyển từ nhận thức cảm tính sang nhận thức lý tính.

– Cảm giác (khái niệm, đặc điểm và các quy luật của nó).

+ Cảm giác là quá trình nhận thức phản ánh một cách riêng lẻ từng thuộc tính của sự vật, hiện tượng khi chúng đang trực tiếp tác động vào giác quan.

+ Các đặc điểm của cảm giác: cảm giác là một quá trình tâm lý, cảm giác chỉ xuất hiện khi sự vật tác động trực tiếp vào các giác quan, cảm giác phản ánh một cách riêng lẽ từng thuộc tính bề ngoài của sự vật hiện tượng.

+ Các quy luật của cảm giác: quy luật về ngưỡng cảm giác, quy luật về sự thích ứng của cảm giác, quy luật tác động lẫn nhau giữa các cảm giác khác nhau, quy luật tác động lẫn nhau giữa các cảm giác cùng loại (tương phản).

– Tri giác (khái niệm, đặc điểm và các quy luật của nó).

+ Tri giác là quá trình nhận thức phản ánh một cách trọn vẹn các thuộc tính của sự vật, hiện tượng khi chúng đang trực tiếp tác động vào giác quan.

+ Các đặc điểm của tri giác: tri giác là một quá trình tâm lý, tri giác chỉ xuất hiện khi sự vật tác động trực tiếp vào các giác quan, tri giác phản ánh một cách trọn vẹn các thuộc tính bề ngoài của sự vật hiện tượng, tri giác có thể gọi tên đối tượng và độ chính xác trong phản ánh cao hơn cảm giác.

+ Các quy luật của tri giác: quy luật về tính đối tượng của tri giác, quy luật về tính lựa chọn của tri giác, quy luật về tính có ý nghĩa của tri giác, quy luật về tính ổn định của tri giác, quy luật về tính ảo ảnh của tri giác, quy luật về tính tổng giác của tri giác.

– Trí nhớ (khái niệm, đặc điểm và các quá trình cơ bản của nó).

+ Trí nhớ là quá trình tâm lý phản ánh những kinh nghiệm đã trải qua của con người dưới hình thức biểu tượng.

+ Đối tượng của trí nhớ rất đa dạng và sản phẩm của trí nhớ là biểu tượng. Biểu tượng có tính trực quan và khái quát.

+ Các quá trình cơ bản của trí nhớ: quá trình ghi nhớ, quá trình tái hiện và quên. Ghi nhớ là quá trình ghi lại và giữ lại (lưu trữ) trong não con người những hình ảnh của sự vật, hiện tượng trong quá trình tri giác. Ghi nhớ gồm ghi nhớ không chủ định (không có mục đích từ trước) và ghi nhớ có chủ định (có mục đích từ trước, có sự nỗ lực khi ghi nhớ). Sự tái hiện là một quá trình trí nhớ làm sống lại những nội dung đã ghi nhớ. Sự tái hiện bao gồm sự nhận lại và nhớ lại. Trong tái hiện bao gồm sự nhận lại và sự nhớ lại. Nhận lại là quá trình làm nảy sinh ở trong não những hình ảnh của sự vật, hiện tượng đã được con người tri giác trước kia, giờ đây lại được xuất hiện một lần nữa. Nhớ lại là quá trình làm xuất hiện lại trong não những hình ảnh của sự vật và hiện tượng con người đã tri giác trước đây, mà hiện tại sự vật, hiện tượng đó không còn trực tiếp tác động vào các giác quan và não nữa. Nhớ lại bao gồm hồi tưởng và hồi ức. Quên là không tái hiện lại được nội dung đã ghi nhớ trước đây vào thời điểm cần thiết.

– Tư duy (khái niệm, đặc điểm, các giai đoạn của quá trình tư duy và các thao tác tư duy).

+ Tư duy là một quá trình nhận thức phản ánh những thuộc tính bản chất, những mối liên hệ, quan hệ có tính quy luật của sự vật hiện tượng khách quan mà trước đó ta chưa biết.

+ Tư duy có các đặc điểm sau: tính có vấn đề của tư duy, tính gián tiếp của tư duy, tính khái quát của tư duy, tư duy có quan hệ mật thiết với nhận thức cảm tính, tư duy có quan hệ mật thiết với ngôn ngữ.

+ Quá trình tư duy gồm có các giai đoạn sau: xác định vấn đề và biểu đạt thành nhiệm vụ tư duy, huy động các tri thức, sàng lọc các tư tưởng, kiểm tra giả thuyết, giải quyết vấn đề.

+ Các thao tác tư duy: phân tích - tổng hợp (phân tích là tách một cái "toàn thể" thành các yếu tố, các thành phần cấu tạo nên nó, tổng hợp là thao tác trong đó chủ thể đưa những thuộc tính, thành phần đã được phân tích thành một chỉnh thể), so sánh (so sánh là thao tác trí tuệ xác định sự giống nhau và khác nhau giữa các sự vật, hiện tượng), trừu tượng hóa - khái quát hóa (trừu tượng hóa là gạt bỏ những thuộc tính, những bộ phận, những quan hệ không cần thiết về một phương diện nào đó và chỉ lại những yếu tố cần thiết để tư duy, khái quát hóa là thao tác chủ thể tìm ra một thuộc tính chung cho nhiều hiện tượng hay sự vật), cụ thể hóa (cụ thể hóa là thao tác chủ thể chuyển từ trừu tượng hóa và khái quát hóa về với hiện tượng cụ thể).

– Tưởng tượng (khái niệm, đặc điểm, cách thức sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng).

+ Tưởng tượng là quá trình tâm lý phản ánh những cái chưa từng có trong kinh nghiệm của cá nhân bằng cách xây dựng những hình ảnh mới dựa trên cơ sở những biểu tượng đã có.

+ Tưởng tượng có các đặc điểm sau: tưởng tượng nảy sinh trong hoàn cảnh có vấn đề (tính có vấn đề của tưởng tượng mang tính bất định nhiều hơn tính có vấn đề của tư duy), ngôn ngữ là điều kiện cần thiết cho tưởng tượng, tưởng tượng phản ánh gián tiếp - khái quát, tưởng tượng liên hệ chặt chẽ với nhận thức cảm tính.

+ Các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng: thay đổi kích thước, số lượng của sự vật hay các thành phần của sự vật, nhấn mạnh các chi tiết, thành phần, thuộc tính của sự vật, chắp ghép, liên hợp, điển hình hóa, loại suy.

– Chú ý (khái niệm, các loại chú ý, các thuộc tính cơ bản của chú ý):

+ Chú ý là sự tập trung của ý thức vào một hay một nhóm sự vật, hiện tượng để định hướng hoạt động, đảm bảo điều kiện thần kinh - tâm lý cần thiết cho hoạt động tiến hành có hiệu quả.

+ Có ba loại chú ý: chú ý không chủ định, chú ý có chủ định hay chú ý sau chủ định.

+ Các thuộc tính cơ bản của chú ý: sức tập trung chú ý, tính bền vững của chú ý, sự phân phối chú ý, sự di chuyển chú ý.

Chương 5. ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM

Nào, bây giờ hãy nhớ lại những sự kiện quan trọng từng xảy ra trong cuộc đời bạn. Nghe tin đậu Đại học? Lần đầu tiên đón nhận nụ hôn từ người yêu đầu tiên? Nhận một món quà sinh nhật như mong muốn? Chia tay người thân để đi học xa? Tất cả những sự kiện trên, ngoài việc bạn nhận thức chúng diễn ra như thế nào thì chúng luôn đi kèm theo những xúc cảm như sung sướng, mừng rỡ, hồi hộp, xao xuyến, bất ngờ, buồn bã, lo lắng. Bên cạnh hoạt động nhận thức, con người còn có một đời sống tình cảm với những cung bậc khác nhau. Chính thế giới xúc cảm tạo nên màu sắc phong phú cho cuộc sống con người. Dưới góc độ khoa học tâm lý, những xúc cảm, tình cảm này được hiểu như thế nào? Nó diễn ra ngẫu nhiên hay theo những quy luật nhất định? Ảnh hưởng đến các khía cạnh khác trong đời sống con người ra sao? Có chăng sự đối lập hoàn toàn giữa "khối óc" và "con tim" như nghĩa thông thường vẫn hiểu? Việc làm sáng tỏ đời sống tình cảm mang đến những hiểu biết thú vị về một khía cạnh khác trong thế giới tâm lý vốn dĩ phức tạp của con người.

5.1. XÚC CẢM, TÌNH CẢM LÀ GÌ?

Thuật ngữ xúc cảm, tình cảm có gốc La tinh là "Movere", nghĩa là sự cử động, rung động. Trong thuật ngữ tiếng Anh, từ "emotion" và "feeling" được dùng để chỉ những xúc cảm, tình cảm của con người theo ý nghĩa khác nhau nhưng không có sự phân biệt rõ rệt giữa xúc cảm với tình cảm.

Xúc cảm, tình cảm cũng là hiện tượng tâm lý nên chúng có bản chất phản ánh. Tuy nhiên, điều đặc biệt là xúc cảm, tình cảm phản ánh sự vật, hiện tượng xung quanh dưới dạng những rung động trải nghiệm trong bản thân mỗi chủ thể. Trên thực tế, không phải bất kỳ sự vật, hiện tượng nào cũng khiến con người nảy sinh những rung động.

Những xúc cảm, tình cảm của con người chỉ xuất hiện đối với sự vật, hiện tượng nào đó có liên quan đến nhu cầu của họ. Nếu một sự vật, hiện tượng thỏa mãn nhu cầu thì gây ra những xúc cảm, tình cảm dương tính, chẳng hạn như hạnh phúc khi được quan tâm, chăm sóc, vui vẻ khi được gặp lại bạn bè xưa, tự hào khi được khen tặng hoặc khi thành công. Ngược lại, những xúc cảm, tình cảm âm tính sẽ nảy sinh khi nhu cầu của con người không được thỏa mãn

Ví dụ: buồn bã khi bị trách phạt, lo lắng khi sức khỏe yếu, tội lỗi khi chuẩn mực đạo đức của mình bị vi phạm, bất an khi bị đe dọa. Con người có rất nhiều nhu cầu khác nhau và chúng cùng tồn tại, vì thế, xúc cảm, tình cảm của con người cũng rất phong phú và vô cùng phức tạp.

5.1.1. Phân biệt xúc cảm và tình cảm

Xúc cảm là những rung động của con người đối với từng sự vật, hiện tượng riêng lẻ có liên quan đến nhu cầu, động cơ của người đó trong những tình huống nhất định.

Ở đây cần lưu ý là xúc cảm chỉ xuất hiện khi con người phản ứng trực tiếp với tình huống, hoàn cảnh trong đó từng sự vật, hiện tượng riêng lẻ đang tác động lên

người đó. Đơn cử như khi bạn đang rất đói bụng nhưng về đến nhà mọi người không để phần thức ăn thì bạn tức giận, hoặc xúc cảm mừng rỡ xuất hiện khi nghe tin tuần sau sẽ được gặp lại một người bạn rất yêu quý thời phổ thông. Những xúc cảm này liên quan đến nhu cầu vật chất và cả nhu cầu tinh thần của con người. Riêng ở loài vật, xúc cảm cũng xuất hiện nhưng chủ yếu liên quan đến nhu cầu vật chất và mang chức năng sinh vật, giúp chúng tồn tại trong thế giới tự nhiên. Ở con người, những xúc cảm này được xây dựng lại và chịu ảnh hưởng của kinh nghiệm xã hội. Do đó, cách thức thể hiện xúc cảm ở con người được xã hội hóa và mang dấu ấn văn hóa dân tộc, khác hẳn với động vật. Một xúc cảm tức giận có thể thấy biểu hiện căn bản là bàn tay nắm lại, hơi thở mạnh, nhịp thở ngắn, tim đập nhanh, miệng môi mím chặt, mắt đỏ vằn, mặt đỏ, răng nhe ra. Tất cả nói lên sự phòng vệ, đồng thời sẵn sàng tấn công, nhưng ở con người không phải ai tức giận cũng đều nhe răng như thế, mà có thể họ chỉ mím chặt môi và bỏ đi. Sự tức giận ở loài vật liên quan đến nhu cầu sinh vật như bị kẻ thù tấn công bạn tình, cướp mất mồi, sự sống bị đe dọa…riêng ở con người sự tức giận không chỉ nảy sinh trong tình huống như thế mà còn có thể xuất hiện trong những tình huống liên quan đến nhu cầu tinh thần như khi bị xúc phạm cái tôi, khi bị bỏ rơi, khi ganh tỵ, khi bị người bạn đời lừa dối…Đề cập đến thế giới xúc cảm của con người, các nhà nghiên cứu lọc ra những xúc cảm nền tảng.

Những người theo thuyết tiến hóa, tiêu biểu là Darwin, cho rằng xúc cảm của con người là sản phẩm của sự tiến hóa vì nó giúp con người sống sót và tồn tại, chẳng hạn như nỗi sợ khiến cho con người né tránh những tình huống nguy hiểm gây hại cho bản thân. Xúc cảm nền tảng được thuyết tiến hóa cho là những xúc cảm được thể hiện theo cùng một cách và nhận diện như nhau ở những nền văn hóa khác nhau. Sở dĩ như vậy là do những chương trình thần kinh bẩm sinh chi phối, xuất hiện trước cả suy nghĩ và nhận thức của con người. Silvan Tomkins (có thêm xấu hổ, căng thẳng, khinh thường), Carroll Izard (thêm khinh thường, xấu hổ, buồn và tội lỗi) và Robert Plutchik (thêm buồn và chấp nhận / thừa nhận) đưa ra những xúc cảm căn bản khác nhau nhưng nhìn chung có sáu xúc cảm giống nhau, đó là: sợ, giận, thích thú, ghê tởm, vui vẻ và ngạc nhiên. Những xúc cảm nền tảng này xuất hiện ở con người một cách độc lập hoặc cùng xuất hiện và kết hợp với nhau tạo nên những xúc cảm mới, chẳng hạn như sợ và ngạc nhiên tạo nên sự kinh sợ, giận và ghê tởm tạo nên khinh thường, thích thú và vui vẻ tạo nên lạc quan. Tuy nhiên, hiện nay, các nhà nghiên cứu vẫn còn tranh cãi về việc phân chia các xúc cảm nền tảng.

Khác với xúc cảm, tình cảm cũng là những rung động nhưng nó biểu thị thái độ của con người đối với một loạt sự vật, hiện tượng có liên quan đến nhu cầu, động cơ của chủ thể chứ không phải là những rung động đối với từng sự vật, hiện tượng riêng lẻ. Chẳng hạn như, tình yêu là thể hiện của thái độ chấp nhận và hài lòng về một con người nào đó với toàn bộ những đặc điểm nhân cách lẫn hình thể. Tất nhiên, tình cảm không thể hiện một cách trực tiếp như xúc cảm trong những tình huống xác định mà nó tồn tại ở dạng tiềm tàng và được nhận biết một cách gián tiếp thông qua những xúc cảm cụ thể. Chính sự khái quát hóa các xúc cảm cùng loại tạo thành một dạng tình

cảm nhất định. Do đó, tình cảm mang tính khái quát hơn và có tính chất ổn định, bền vững hơn so với xúc cảm. Tình cảm là một thuộc tính tâm lý chỉ có ở con người, giúp con người thực hiện những chức năng xã hội.

Sự khác nhau giữa xúc cảm và tình cảm được tóm tắt ở bảng sau:

	XÚC CẢM	TÌNH CẢM
Tồn tại	Có cả ở con người và động vật.	Chỉ có ở con người.
Mức độ ổn định	Là quá trình tâm lý. Có tính chất nhất thời, phụ thuộc vào tình huống.	Là thuộc tính tâm lý. Có tính chất ổn định và bền vững.
Thể hiện	Ở trạng thái hiện thực.	Ở trạng thái tiềm tàng.
Tiến trình phát triển	Xuất hiện trước.	Xuất hiện sau.
Chức năng	Thực hiện chức năng sinh vật (giúp cơ thể định hướng và thích nghi với môi trường bên ngoài với tư cách cá thể).	Thực hiện chức năng xã hội (giúp con người định hướng và thích nghi xã hội với tư cách một nhân cách).
Cơ sở sinh lý	Gắn liền với phản xạ không điều kiện, với bản năng.	Gắn liền với phản xạ có điều kiện, với động hình thuộc hệ thống tín hiệu thứ hai.

5.1.2. Sự biểu hiện của một xúc cảm, tình cảm

Xúc cảm, tình cảm thường biểu hiện trên ba phương diện: sinh lý; hành vi, cử chỉ, điệu bộ; và nhận thức.

** Những biểu hiện trên phương diện sinh lý:*

Những thay đổi về thể chất, sinh lý hoặc những thay đổi trong thành phần các chất hóa học của máu, thần kinh, thể dịch trong cơ thể. Thử hình dung chiếc xe bạn đang chạy bị hư trên một con đường vắng giữa đêm tối. Khi ấy nỗi sợ có thể đi cùng với một loạt thay đổi trong cơ thể như tim đập nhanh hơn, toát mồ hôi, lỗ chân lông nở to, lông dựng lên, hơi thở ngắn, dạ dày co thắt mạnh. Có thể không phải lúc nào những phản ứng này cũng rõ ràng như trên nhưng chắc chắn một xúc cảm, tình cảm của con người luôn kèm theo những phản ứng thể chất như thế. Những thay đổi cơ thể này chính là kết quả phản ứng của hệ thần kinh tự động điều khiển hoạt động của các tuyến nội tiết, cơ và máu. Tuy nhiên, khi con người bắt đầu ý thức được những thay đổi bên trong cơ thể thì có thể điều chỉnh được. Dựa vào những thay đổi này mà các nhà khoa học chế ra những máy kiểm tra trạng thái cảm xúc của con người.

** Những biểu hiện trên phương diện hành vi, cử chỉ điệu bộ:*

Biểu hiện trên hành vi, nét mặt, cử chỉ, điệu bộ chẳng hạn như khi vui mừng có thể nhảy cẫng lên, cười nhiều, khi buồn nét mặt chảy xệ, vai xệ xuống, nói chậm lại, khi tức giận thì mím chặt môi, tay co lại. Trong nghiên cứu của Ekman thì cơ mặt của con người có thể diễn tả được hơn 7.000 biểu cảm khác nhau [31]. Những thể hiện xúc cảm qua nét mặt thường mang tính chất bẩm sinh, vì một nghiên cứu tiến hành trên những người mù bẩm sinh cho thấy họ cũng có những biểu hiện nét mặt như người sáng mắt khi trải qua những xúc cảm vui, buồn, tức giận…Tuy nhiên, như đã trình bày ở trên, có thể có sự khác biệt nhỏ do ảnh hưởng của yếu tố văn hóa. Ngoài ra, chính những nét mặt, cơ thể con người sẽ tác động ngược trở lại các trải nghiệm xúc cảm, tình cảm. Khi ngậm một cây bút chì bằng môi (tạo nên khuôn mặt đi xuống với khóe miệng và chân mày) và cắn bằng răng trong vài phút thì hai nhóm người mô tả mình trải nghiệm hai xúc cảm khác nhau là buồn và vui [31].

** Những biểu hiện trên phương diện nhận thức:*

Xúc cảm, tình cảm biểu hiện qua ngôn ngữ, ý thức của con người vì xúc cảm, tình cảm là những trải nghiệm mang tính chất chủ thể rất cao. Ngoài những thay đổi về thể chất và hành vi ra thì con người trải nghiệm một xúc cảm, tình cảm thông qua việc có thể ý thức được về nó và dùng ngôn ngữ để mô tả lại trải nghiệm đó của mình. Tất nhiên, không phải lúc nào con người cũng có thể dùng đúng từ ngữ để diễn tả được xúc cảm, tình cảm mình trải qua, họ có thể dùng những mô tả hình ảnh bóng bẩy để nói về xúc cảm, tình cảm của mình, chẳng hạn như sự tuyệt vọng, buồn bã, chơi vơi có thể được mô tả như rơi vào hố sâu không đáy hoặc niềm sung sướng hân hoan có thể được nói đến như một trạng thái lơ lửng trên mây, bồng bềnh và mọi thứ trở nên rực rỡ.

Với ba phương diện này của xúc cảm tình cảm, chủ thể có thể học tập rèn luyện để tự nhận biết về đời sống tình cảm của chính mình đồng thời thể hiện xúc cảm, tình cảm một cách lành mạnh với người khác.

5.2. CÁC MỨC ĐỘ CỦA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM

Đời sống tình cảm của con người rất đa dạng và phong phú, phức tạp về khía cạnh biểu hiện cũng như sắc thái, cường độ, sự tham gia của các hiện tượng tâm lý khác. Dựa vào cường độ, sự tham gia của ý thức, tính ổn định và đối tượng phản ánh mà đời sống tình cảm được phân chia thành các mức độ sau:

5.2.1. Màu sắc xúc cảm của cảm giác

Màu sắc xúc cảm của cảm giác là mức độ thấp nhất của đời sống tình cảm. Đó là những xúc cảm có cường độ rất yếu, chỉ tồn tại thoáng qua cùng với quá trình cảm giác nào đó. Kích thích gây ra màu sắc xúc cảm của cảm giác là từng thuộc tính riêng lẻ của sự vật, hiện tượng đó.

Chẳng hạn như, một mùi nước hoa nhè nhẹ của cô gái lướt qua gây ra xúc cảm dễ chịu, màu đỏ chói của lá cờ Tổ quốc bay phấp phới gây xúc cảm rạo rực, âm thanh từ bản nhạc rock tạo nên xúc cảm hứng thú.

Tuy nhiên, màu sắc xúc cảm của cảm giác có tính chất rất cụ thể và thường không được chủ thể ý thức rõ rệt và đầy đủ.

5.2.2. Xúc cảm

Xúc cảm có cường độ mạnh hơn màu sắc xúc cảm của cảm giác, là thể nghiệm trực tiếp của một tình cảm nào đó. Đặc điểm chung của xúc cảm là cường độ mạnh, rõ rệt, xảy ra nhanh chóng và do những sự vật hiện tượng cụ thể gây nên, do đó, xúc cảm mang tính khái quát hơn so với màu sắc xúc cảm của cảm giác và đồng thời cũng được chủ thể ý thức rõ nét hơn. Chẳng hạn như, niềm hạnh phúc khi con cái thành đạt, tiếc nuối khi món đồ yêu thích bị mất đi hoặc hư hỏng.

Tùy theo cường độ, tính ổn định và mức độ ý thức mà xúc cảm được chia thành hai loại đặc biệt là xúc động và tâm trạng.

**Xúc động:*

Xúc động được biết đến như là những xúc cảm có cường độ rất mạnh, thời gian tồn tại ngắn và trong lúc xúc động, chủ thể có thể mất đi sự kiểm soát của ý thức.

Ví dụ: một bất ngờ quá lớn có thể gây nên cú sốc về mặt tâm lý khiến cơ thể bị choáng hoặc ngất đi, cơn giận dữ khiến chủ thể mất kiềm chế có thể gây tổn thương đến bản thân và người khác. Chính vì mất đi kiểm soát của ý thức, hành vi trở nên không được điều khiển và không ý thức được rõ rệt hậu quả hành vi của mình, nên xúc động rất nguy hiểm cho chủ thể và người xung quanh. Do đó, việc học cách kiểm soát những cơn xúc động là rất cần thiết trong cuộc sống.

**Tâm trạng:*

Tâm trạng là những xúc cảm có cường độ hơi yếu nhưng tồn tại dai dẳng có khi hàng tuần, hàng tháng thậm chí hàng năm trời. Chủ thể không ý thức rõ về nguyên nhân hay nguồn kích thích cụ thể của tâm trạng hiện tại. Tâm trạng như một trạng thái tâm lý cùng tồn tại, bao trùm lên toàn bộ các rung động của chủ thể và ảnh hưởng đến các hiện tượng tâm lý khác cũng như hoạt động của chủ thể ấy.

Ví dụ: tâm trạng căng thẳng, không tập trung để xem xét mọi khía cạnh của vấn đề khiến cho những quyết định sai lầm có thể xảy ra, hoặc tâm trạng lâng lâng sung sướng có thể khiến con người chỉ nhìn thấy những mặt tích cực và tính phê phán sẽ giảm xuống. Tâm trạng lo lắng bất an sẽ khiến những xúc cảm nghi ngờ thù địch với người khác dễ nảy sinh. Trong cuộc sống hiện đại ngày nay, stress và trầm cảm là những tâm trạng đang rất phổ biến.

5.2.3. Tình cảm

Tình cảm là những rung động thể hiện thái độ của con người, có cường độ mạnh và bền vững, ổn định. Đối tượng phản ánh của tình cảm là một loạt những sự vật, hiện tượng. Chủ thể ý thức rõ về tình cảm của mình. Tình cảm được xem là mức độ phản ánh cao hơn xúc cảm vì tình cảm do một loạt các sự vật, hiện tượng gây nên và được chủ thể ý thức rõ, mình có tình cảm với ai, với cái gì.

Tùy vào loại nhu cầu được thỏa mãn mà tình cảm được chia thành tình cảm cấp

thấp và tình cảm cấp cao.

Tình cảm cấp thấp là những tình cảm xuất hiện do liên quan đến nhu cầu sinh học của con người thường thông báo tình trạng cơ thể.

Tình cảm cấp cao là những tình cảm liên quan đến nhu cầu tinh thần và thể hiện thái độ đối với các mặt khác nhau của đời sống xã hội như tình cảm trí tuệ, tình cảm lao động, tình cảm đạo đức, tình cảm thẩm mỹ.

* *Tình cảm trí tuệ*: Tình cảm trí tuệ nảy sinh trong quá trình hoạt động nhận thức, cho thấy thái độ của con người đối với những tri thức mới, thể hiện ở sự tò mò ham hiểu biết, óc hoài nghi khoa học, khát khao khám phá cái mới. Nhờ có tình cảm trí tuệ mà con người phát triển tư duy của mình đồng thời giúp cho sự phát triển của nền văn hóa xã hội.

* *Tình cảm lao động:* Tình cảm lao động là những thái độ thể hiện sự rung động của con người đối với hoạt động lao động, chẳng hạn tinh thần trách nhiệm, yêu lao động.

* *Tình cảm đạo đức:* Tình cảm đạo đức là những thái độ đối với một loạt những chuẩn mực đạo đức, hoặc với việc thực hiện các chuẩn mực đạo đức của bản thân và người khác, ví dụ như lòng tự trọng, yêu nước, nhân ái, hy sinh, tình yêu nam nữ, tình bạn, tình mẹ con.

* *Tình cảm thẩm mỹ:* Tình cảm thẩm mỹ nảy sinh khi con người thoả mãn hay không thỏa mãn nhu cầu thẩm mỹ như tình yêu cái đẹp chân chính, ghê tởm và khinh bỉ cái thấp hèn, xấu xa.

Trên thực tế những tình cảm này đan xen vào nhau. Trong tình cảm đạo đức có thể bao gồm cả tình cảm trí tuệ trong đó, hoặc thậm chí cả tình cảm thẩm mỹ. Chẳng hạn trong tình yêu nam nữ, con người tò mò khám phá về người kia và thể hiện sự nâng niu trân trọng cái đẹp, cái hay của người mình yêu.

Dạng đặc biệt của tình cảm là say mê và đam mê. Khi say mê hoặc đam mê một sự vật, hiện tượng nào đó con người dành hết thời gian, trí tuệ, năng lượng của mình vào đối tượng ấy và dường như những sự vật, hiện tượng khác nằm ngoài đối tượng của say mê hay đam mê không còn tồn tại, nói khác đi, không còn ý nghĩa đối với chủ thể đó nữa. Do đó, say mê và đam mê có thể dẫn đến mù quáng.

5.3. ĐẶC ĐIỂM CỦA TÌNH CẢM

5.3.1. Tính nhận thức

Trong tình cảm luôn có khía cạnh nhận thức, nhận thức được nhu cầu cũng như sự vật, hiện tượng thỏa mãn nhu cầu. Nghĩa là trong tình cảm, chủ thể nhận thức được nguyên nhân, nguồn gốc cũng như mức độ của tình cảm của mình. Yếu tố nhận thức khiến cho tình cảm luôn có đối tượng xác định và được biểu đạt dưới nhiều hình thức như ngôn ngữ hoặc hành động cụ thể. Quá trình nảy sinh và hình thành tình cảm đi cùng với quá trình nhận thức về đối tượng. Khi chủ thể càng nhận thức rõ được về bản

chất của đối tượng thì tình cảm trên cơ sở đó càng bền vững và ổn định, sâu sắc hơn.

5.3.2. Tính chân thật

Tình cảm mang tính chân thật, nó phản ánh chính xác nội tâm con người. Hay nói khác đi, tình cảm phản ánh được nhu cầu của con người, thứ bậc hay mức độ quan trọng của nhu cầu ấy. Con người khó có thể che giấu được tình cảm của mình vì nó là phản ánh dưới dạng những rung động, trải nghiệm, con người không thể tự tạo ra được mà chỉ giả tạo bằng những động tác giả. Đôi khi, chính chủ thể còn không có những hiểu biết chính xác về mình thì tình cảm giúp chủ thể nhận ra bản thân mình rõ nhất. Chẳng hạn như chủ thể tự nhủ rằng nếu sự việc ấy xảy ra sẽ tức giận ghê gớm, sẽ ghen tuông nhưng khi xảy ra thì lại hoàn toàn dửng dưng không chút rung cảm, điều đó giúp chủ thể nhận ra được điều gì thật sự quan trọng với mình.

5.3.3. Tính xã hội

Cũng như các hiện tượng tâm lý khác, tình cảm có tính xã hội. Nó chỉ có ở con người và được hình thành trong môi trường xã hội. Những tình cảm đạo đức, thẩm mỹ, trí tuệ như óc hoài nghi khoa học, lòng tự trọng, yêu cái đẹp chỉ hình thành và phát triển trong quá trình con người hoạt động, học tập hay vui chơi cùng nhau. Tính xã hội còn thể hiện trong cách thể hiện của tình cảm, trong những xúc cảm cụ thể khác xa với loài vật. Yếu tố văn hóa, môi trường, giáo dục có tác động đến những biểu hiện tình cảm của chủ thể.

5.3.4. Tính khái quát

Tình cảm được khái quát hóa và động hình hoá từ nhiều xúc cảm. Chẳng hạn như niềm vui mỗi khi được một người bạn trong lớp, đồng cảm khi chia sẻ hoàn cảnh với người ấy, biết ơn khi được bạn giúp đỡ, những xúc cảm này khi được diễn ra thường xuyên sẽ khái quát lên thành tình bạn. Tính khái quát phản ánh chính xác thái độ nhất quán của con người đối với một loạt sự vật, hiện tượng. Chính vì tính khái quát này mà tình cảm được xếp vào thứ bậc cao hơn xúc cảm.

5.3.5. Tính ổn định

Tình cảm có tính ổn định, là thuộc tính tâm lý, một đặc trưng quan trọng của nhân cách con người. Tính ổn định cho phép những biểu hiện của tình cảm bền vững trong những tình huống hoàn cảnh cụ thể qua các xúc cảm đa dạng và cụ thể. Như tình cảm cha con thể hiện qua sự quan tâm chăm sóc con cái không chỉ lúc chúng bệnh mà từ những việc nhỏ như ăn uống, học hành, đi lại, tự hào khi con mình đạt được thành tích nào đó hoặc được người khác khen ngợi, buồn bã khi chúng cãi lời, tức giận khi chúng làm điều sai. Từ đó, cho phép ta phán đoán được cái chính yếu trong đời sống tình cảm của con người khi nắm được những đặc điểm cơ bản tình cảm của người đó.

5.3.6. Tính đối cực

Trong tình cảm xuất hiện những xúc cảm trái ngược nhau ở cùng một tình huống, hoàn cảnh, chẳng hạn như khi đạt được điểm cao rất vui vì thỏa mãn nhu cầu thành đạt của mình, thể hiện mình nhưng có thể kèm với nỗi buồn vì bạn mình không được như

thế. Vui - buồn, hạnh phúc - đau khổ, yêu - ghét luôn đi cùng với nhau tạo nên sự đa dạng và phong phú, phức tạp trong đời sống tình cảm con người cũng như khiến cho đời sống tình cảm nhiều sắc thái và thú vị hơn. Nguyên nhân là do sự phức tạp và đa dạng của hệ thống nhu cầu con người.

5.4. CÁC QUY LUẬT CỦA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM

Đời sống tình cảm tuân theo những quy luật nhất định và được thể hiện rất rõ trong cuộc sống hàng ngày.

5.4.1. Quy luật thích ứng

Trong đời sống tình cảm, nếu một xúc cảm hay tình cảm nào đó được nhắc đi nhắc lại nhiều lần, lặp đi lặp lại nhiều lần một cách không thay đổi sẽ bị suy yếu đi, bị lắng xuống. Đây chính là hiện tượng "chai sạn" xúc cảm, tình cảm vẫn thường gặp trong cuộc sống hàng ngày. Tục ngữ Việt nam có câu "Gần thường xa thương" nói rõ quy luật này.

Quy luật thích ứng gây ra sự nhàm chán trong đời sống tình cảm, trong mối quan hệ giữa người - người với nhau. Đôi khi không nắm rõ quy luật này có thể dẫn đến sự đổ vỡ một mối quan hệ. Vì thế, để tránh hiện tượng "chai sạn" hay sự thích ứng thì chủ thể phải chú tâm tạo ra những xúc cảm, tình cảm mới bằng cách tác động thay đổi môi trường xung quanh và chính bản thân mình. Tuy nhiên, nhờ sự thích ứng, con người mới vượt qua được những xúc cảm, tình cảm tiêu cực không mong muốn.

5.4.2. Quy luật di chuyển

Xúc cảm, tình cảm có thể di chuyển từ đối tượng này sang đối tượng khác. Nghĩa là khi một chủ thể có xúc cảm, tình cảm với một ai đó, việc gì đó, vật gì đó thì có thể chuyển xúc cảm, tình cảm ấy sang một người khác, hiện tượng khác, sự vật khác có hoặc không có liên quan, như câu "Giận cá chém thớt".

Đối với những xúc cảm âm tính như sự tức giận, một trong những nguyên nhân di chuyển là vì sự thể hiện xúc cảm đó lên đối tượng khác sẽ an toàn hơn. Sự di chuyển này có thể hiểu như một cơ chế tự vệ của con người. Quy luật di chuyển khiến xúc cảm, tình cảm của con người tràn lan không biên giới nếu thiếu sự kiểm soát, đôi khi dẫn đến những hậu quả nặng nề nếu xúc cảm, tình cảm với đối tượng chính không được giải quyết.

5.4.3. Quy luật lây lan

Xúc cảm, tình cảm về một sự vật hiện tượng nào đó từ chủ thể này có thể lan truyền sang chủ thể khác, như hiện tượng vui lây, buồn lây. Quy luật này có cơ sở là tính xã hội con người và được dùng để hình thành tình cảm một cách bị động. Nhờ có quy luật lây lan, con người mới có thể thông cảm, đồng cảm với nhau. Chính sự lây lan xúc cảm, tình cảm đã tạo nên những hiện tượng tâm lý xã hội như bầu không khí tâm lý, tâm trạng xã hội.

Có thể vận dụng quy luật này để tạo nên xúc cảm, tình cảm mong muốn nào đó với một nhóm người, đám đông trong cuộc sống hàng ngày, trong kinh doanh, trong

chính trị hay trong giáo dục như xây dựng tinh thần đoàn kết vững mạnh cho một tập thể.

5.4.4. Quy luật cảm ứng

Đó là sự tác động qua lại giữa xúc cảm, tình cảm âm tính và dương tính, tích cực và tiêu cực trong cùng một loại. Nghĩa là sự thể nghiệm một xúc cảm, tình cảm này có thể làm cho một thể nghiệm khác đối cực với nó xảy ra đồng thời hoặc nối tiếp mạnh hơn hoặc suy yếu đi. Chẳng hạn một bà mẹ đang rất vui, hài lòng vì được khen thưởng thì khi nghe tin đứa con bị điểm thấp trong lớp, có thể nỗi buồn nhẹ hơn nhiều so với nghe tin đó trong trường hợp không được khen thưởng.

Quy luật cảm ứng xảy ra thường xuyên trong đời sống. Vì vậy, con người cần nhận biết để đánh giá đúng mức độ thật sự của xúc cảm, tình cảm để tránh có những quyết định sai lầm, vội vàng theo xúc cảm, tình cảm ngay tức thời. Trong văn học nghệ thuật, quy luật này thường được sử dụng để xây dựng các tình tiết hoặc nhân vật, nhằm tăng kịch tính, khơi dậy những xúc cảm, tình cảm sâu sắc nơi khán giả.

5.4.5. Quy luật pha trộn

Trong đời sống tình cảm có pha trộn kết hợp các màu sắc dương tính với âm tính, hơn nữa màu sắc âm tính còn là nguồn gốc và điều kiện để nảy sinh màu sắc dương tính. Nhờ quy luật này mà hai hay nhiều xúc cảm, tình cảm đối lập nhau có thể cùng tồn tại ở một người, chúng không loại trừ nhau mà quy định lẫn nhau.

Chẳng hạn sự tức giận trong tình cảm mẹ con của người mẹ với con mình chính là sự pha trộn của yêu thương với lo lắng, hay vì có sự mong đợi nên mới có sự hờn dỗi trong tình yêu nam nữ. Quy luật pha trộn cho thấy rõ tính chất phức tạp, mâu thuẫn trong đời sống của con người.

5.4.6. Quy luật hình thành tình cảm

Tình cảm được hình thành trên cơ sở khái quát hóa, động hình hóa, tổng hợp hóa các xúc cảm cùng loại.

Ví dụ: tình yêu nghề được hình thành qua những xúc cảm dương tính trong khi học tập, tìm hiểu, trong suốt quá trình bắt đầu, dấn thân và trải qua những cung bậc thăng trầm khác nhau trong nghề nghiệp. Đây mới là con đường chính yếu để hình thành tình cảm của con người. Quy luật này cho thấy muốn hình thành tình cảm thì phải bắt đầu từ những xúc cảm cụ thể trong những tình huống cụ thể. Nếu không có các xúc cảm thì không thể có được tình cảm. Do đó, việc đưa con người vào đời sống thực, hoàn cảnh thực để trải nghiệm những rung động là điều kiện cần thiết để xây dựng tình cảm cho người đó.

5.5. VAI TRÒ CỦA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM

Nhờ có các xúc cảm, tình cảm con người nhận biết được về bản thân mình rõ nét hơn, ngay từ xa xưa, nguồn gốc các xúc cảm đã giúp bảo vệ con người khỏi những nguy hiểm để đảm bảo sự sinh tồn, thông báo tình trạng cơ thể giúp con người có

những phản ứng hành động kịp thời.

Đối với nhân cách, chính những xúc cảm, tình cảm giúp con người khi trải nghiệm, thể nghiệm một xúc cảm, tình cảm, con người nhận ra những nhu cầu của mình một cách rõ ràng hơn và từ đó, có những thái độ điều chỉnh điều khiển hoặc tự giáo dục phù hợp để phát triển nhân cách theo chiều hướng tốt hơn. Hoặc chính những xúc cảm, tình cảm đặc trưng cho nhân cách lại ảnh hưởng chi phối đến cách ứng xử của bạn bè, những người xung quanh chủ thể đó và qua đó ảnh hưởng gián tiếp đến quá trình hình thành nhân cách của chủ thể ấy.

Đối với nhận thức và hoạt động, đời sống tình cảm đóng vai trò như một động lực cho quá trình con người tìm tòi, khám phá thế giới khách quan xung quanh, mở rộng tri thức, hiểu biết cũng như hoạt động tích cực để thay đổi, cải tạo thế giới ấy. Có thể xem xúc cảm, tình cảm là động cơ bền bỉ nhất ảnh hưởng và chi phối toàn bộ hoạt động của con người.

5.6. MỐI QUAN HỆ GIỮA ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM VÀ NHẬN THỨC

Nhận thức và tình cảm là hai mặt khác nhau trong đời sống tâm lý người nhưng chúng cùng tồn tại, tác động và hỗ trợ cho nhau. Vì cả hai đều là những hiện tượng tâm lý nên nó đều mang tính chủ thể, có bản chất xã hội, tính phản ánh và những thuộc tính của nhận thức và tình cảm nói lên đặc trưng nhân cách của cá nhân ấy. Tuy nhiên, chúng có những khác biệt nhất định, kể cả trong những điểm tưởng chừng hoàn toàn giống nhau ấy.

** Về nội dung phản ánh*

Nhận thức phản ánh bản thân sự vật, hiện tượng trong thế giới khách quan nhưng xúc cảm, tình cảm lại phản ánh mối quan hệ giữa sự vật, hiện tượng với chính nhu cầu của chủ thể. Chính vì vậy, phạm vi phản ánh của tình cảm hẹp hơn và tính chủ thể lại cao hơn nhiều so với nhận thức.

** Về phương thức phản ánh*

Nhận thức phản ánh thế giới khách quan bằng những hình ảnh, khái niệm, còn xúc cảm và tình cảm thì bằng những rung động.

** Về kết quả phản ánh*

Kết quả của quá trình nhận thức cho ta biết bản chất, đặc điểm của thế giới khách quan, nhưng xúc cảm, tình cảm lại xác định ý nghĩa của chúng với chủ thể, mang đến ý nghĩa sống cho con người.

** Về quá trình hình thành*

Về quá trình hình thành, nhận thức được hình thành bằng con đường khác nhiều so với xúc cảm, tình cảm. Hoạt động nhận thức có thể lượng hóa dễ dàng nhưng đo lường xúc cảm, đặc biệt là tình cảm thì khó hơn rất nhiều. Chính vì vậy, nếu muốn nâng cao nhận thức, phát triển khả năng tư duy, quan sát, trí tưởng tượng, ta có thể giáo dục trẻ bằng những con dường như dạy học, thuyết giảng. Nhưng với xúc cảm, tình cảm, muốn hình thành thì phải có những trải nghiệm thực tế để các em xuất hiện

những rung động.

Mặc dù có những điểm khác biệt như trên, nhận thức và xúc cảm, tình cảm lại có mối quan hệ gắn bó với nhau. Nhận thức làm nền tảng cho xúc cảm, tình cảm, định hướng cho đời sống tình cảm của con người. Nhờ có nhận thức mà con người xác định được mối quan hệ sự vật hiện, tượng với nhu cầu của bản thân để nảy sinh những rung động tương ứng. Nhận thức càng sâu sắc sẽ giúp đời sống tình cảm càng ổn định hơn. Ngược lại, chính xúc cảm, tình cảm lại ảnh hưởng khá lớn đến nhận thức. Nó có thể là động lực cho con người vươn đến những tìm tòi, khám phá nhưng cũng có thể khiến nhận thức con người bị sai lệch, mù quáng khi cường độ của xúc cảm, tình cảm quá mạnh. Chính điều này khiến con người gặp khó khăn trong nhận thức, đặc biệt với những người sống thiên về tình cảm.

Trên thực tế, hai thành tố này luôn tương tác cho nhau trong quá trình sống của một con người. Mỗi khi ra một quyết định nào đó con người ngoài phân tích những thiệt - hơn, được - mất, còn tính đến yếu tố ấy mang ý nghĩa như thế nào đối với bản thân mình. Chính sự kết hợp hài hòa giữa nhận thức và đời sống tình cảm sẽ tạo ra những con người cân bằng, ngược lại, có thể tạo nên những người sống rất lý trí, cứng nhắc, nguyên tắc hoặc những người ủy mị, yếu đuối, làm việc nhất thời theo xúc cảm, tình cảm, để tình cảm điều khiển hoặc khống chế chính bản thân mình.

PHẦN TÓM TẮT

– Những sự vật hiện, hiện tượng thỏa mãn nhu cầu của con người thì mang đến những xúc cảm, tình cảm dương tính, ngược lại sẽ khiến nảy sinh những xúc cảm, tình cảm âm tính.

– Xúc cảm là những rung động của con người đối với từng sự vật, hiện tượng riêng lẻ có liên quan đến nhu cầu, động cơ của người đó trong những tình huống nhất định.

– Tình cảm là những rung động biểu thị thái độ của con người đối với một loạt sự vật, hiện tượng có liên quan đến nhu cầu, động cơ của chủ thể.

– Xúc cảm và tình cảm khác nhau trên các khía cạnh: sự tồn tại, mức độ ổn định, tiến trình phát triển, chức năng và cơ sở sinh lý.

– Một xúc cảm, tình cảm được biểu hiện trên ba phương diện: sinh lý; hành vi, cử chỉ, điệu bộ; và nhận thức.

– Đời sống tình cảm của con người rất đa dạng và phong phú, phức tạp. Dựa vào cường độ, sự tham gia của ý thức, tính ổn định và đối tượng phản ánh mà đời sống tình cảm được phân chia thành các mức độ sau: Màu sắc xúc cảm của cảm giác, xúc cảm (có hai dạng đặc biệt là xúc động và tâm trạng) và tình cảm.

– Tình cảm có những đặc điểm cơ bản sau: tính nhận thức, tính chân thật, tính xã hội, tính khái quát, tính ổn định và tính đối cực.

– Đời sống tình cảm tuân theo những quy luật nhất định và được thể hiện rất rõ trong cuộc sống hàng ngày. Những quy luật của tình cảm bao gồm: quy luật thích ứng, quy luật di chuyển, quy luật lây lan, quy luật cảm ứng, quy luật pha trộn và quy luật hình thành tình cảm. Sự hiểu biết các quy luật này giúp con người kiểm soát và điều chỉnh được xúc cảm, tình cảm của bản thân cũng như của người xung quanh.

– Đời sống tình cảm không chỉ giúp bảo vệ con người khỏi những nguy hiểm mà còn mang đến cho con người những hiểu biết về bản thân mình rõ hơn, từ đó phát triển nhân cách theo chiều hướng tích cực. Đặc biệt, xúc cảm, tình cảm được xem như động lực, động cơ quan trọng chi phối toàn bộ đời sống con người trong các lĩnh vực nhận thức và hoạt động thực tiễn.

– Nhận thức và đời sống tình cảm là hai mặt khác nhau trong tâm lý người nhưng nó có mối quan hệ chặt chẽ với nhau. Nhận thức làm nền tảng cho xúc cảm, tình cảm của con người. Ngược lại, xúc cảm, tình cảm lại ảnh hưởng, chi phối nhận thức. Ở khía cạnh nào thì mối quan hệ này cũng mang hai mặt là tích cực hoặc tiêu cực. Con người cần biết cân bằng giữa nhận thức và đời sống tình cảm để cuộc sống có ý nghĩa và hài hòa.

Chương 6. Ý CHÍ

Trong cuộc sống của con người, bên cạnh nhận thức và tình cảm thì ý chí đóng một vai trò quan trọng. Khi con người tồn tại trong cuộc sống, cùng với những thách thức thì ý chí xuất hiện và trở thành điều kiện rất quan trọng để giúp con người phát triển. Trong đời sống tâm lý, ý chí tồn tại như một hiện tượng tâm lý hết sức đặc biệt giúp con người tạo nên những sức mạnh tâm lý để có thể giải quyết nhiều khó khăn trong cuộc sống. Tuy nhiên, ở một góc độ khác thì có cá nhân có những biểu hiện ý chí thật mãnh liệt cũng như có những cá nhân khá hạn chế trong khi giải quyết những vấn đề liên quan đến nghị lực - ý chí. Chính vì thế, ý chí là một trong những vấn đề tâm lý của cá nhân hết sức độc đáo.

6.1. Ý CHÍ

6.1.1. Định nghĩa

Hiểu một cách đơn giản trong cuộc sống thì ý chí là khả năng vượt khó, là sức mạnh của sự nỗ lực ở con người.

Theo nghĩa thông thường, ý chí được dùng tương đồng với những từ như: có chí, nghị lực, vượt khó…

Ở một cái nhìn bao quát, ý chí là khả năng giúp con người hoàn thành những hành vi đã định nhằm đạt được mục đích đề ra, đó chính là khả năng điều hòa và điều khiển có ý thức hành vi của bản thân mình. Theo quan niệm này, ý chí là một khả năng tiềm ẩn trong mỗi con người và khi đứng trước những hoàn cảnh hay những điều kiện thì khả năng này sẽ được bộc lộ để hỗ trợ con người giải quyết những vấn đề nhất định.

Ở một góc độ khác, ý chí chính là sự tập trung cao độ của tinh thần cho phép con người ức chế những yếu tố không liên quan hay không ảnh hưởng trực tiếp đến việc giải quyết vấn đề nhằm đạt được một mục đích nào đó. Trên cơ sở đó, tất cả những yếu tố thuộc về sức mạnh tinh thần sẽ hỗ trợ con người để hướng đến mục tiêu đã định để giải quyết vấn đề đang đặt ra hay nhiệm vụ đang thách thức. Trong những trường hợp thế này, ý chí sẽ đẩy con người hướng đến một trạng thái tập trung cao độ và định hướng khá sâu sắc vượt qua tất cả những khó khăn, những áp lực hay những thử thách để hoàn thành nhiệm vụ.

Những quan niệm trên cho thấy có thể hiểu ý chí là mặt năng động của ý thức, biểu hiện ở năng lực thực hiện những hành động có mục đích, đòi hỏi phải có sự nỗ lực khắc phục khó khăn bên ngoài và bên trong.

Khi nhìn nhận về ý chí, có thể nhận thấy trong ý chí của con người có sự tham gia một cách sâu sắc của nhận thức và tình cảm. Trước hết, sự tham gia của nhận thức giúp con người nhận thấy đây là một vấn đề rất quan trọng, một nhiệm vụ rất có ích, một trách nhiệm phải hoàn thành. Đó chính là một mục đích đã được nhận thức một cách khá rõ ràng, cụ thể và chi tiết. Mục đích ấy trở thành một nhiệm vụ được định hướng kèm theo một khát khao mạnh mẽ và mãnh liệt phải đạt được nó, phải thực hiện

được một cách hiệu quả. Để thực hiện mục đích đã xác định con người phải huy động sức mạnh đích thực về mặt tinh thần và trong trạng thái ý chí, con người luôn có sự tập trung cao độ của trí tuệ. Trong lúc đó, từ khi con người nhận thức một cách sâu sắc về mục tiêu, quan tâm đến khả năng thực hiện và điều kiện của chính mình cũng như hoàn cảnh xung quanh; kế đến con người sẽ thực sự chú trọng đến phương cách để giải quyết vấn đề nhằm đạt được mục đích nên con người luôn huy động một cách tối đa ý thức của mình. Ở đây, ý chí được xem như sự năng động của ý thức và ý thức tham gia một cách hữu hiệu cũng như đóng góp một cách sâu sắc trong quá trình tạo nên sức mạnh đích thực của ý chí.

Ý chí được xem như một hiện tượng tâm lý và ý chí cũng phản ánh hiện thực khách quan một cách khá đầy đủ và sắc nét để xác định mục đích của hành động. Mục đích ấy không có sẵn mà mà là mục đích được con người nhận thức một cách tự giác, chủ động. Mục đích tồn tại là do nhận thức của con người trong sự tương tác với hiện thực khách quan cũng như mục đích do các điều kiện từ hiện thực khách quan quy định. Ở đây, cần nhấn mạnh về điểm hội tụ giữa nhận thức và tình cảm vì khi con người nhận thức được mục đích cần thực hiện, con người sẽ tập trung tình cảm vào mục đích ấy mới có thể huy động được sức mạnh. Không chỉ là nhận thức mạnh mẽ và sâu sắc về mục đích nhưng chính con người phải cảm nhận mình rất mong muốn đạt được mục đích ấy, mình thực sự khát khao, mình thực sự mong chờ và sẽ hối tiếc nếu mình không nỗ lực, ý chí sẽ dần xuất hiện. Chính sự tương tác và gắn bó hết sức mật thiết giữa tình cảm và nhận thức đã làm cho ý chí trở nên mạnh mẽ.

Ý chí tồn tại còn được xem xét như hình thức tâm lý điều chỉnh hành vi của con người một cách tích cực. Điều dễ dàng nhận thấy ở đây là ý chí tồn tại như một động lực giúp con người vượt qua mọi khó khăn để hướng đến mục đích đã được xác định. Quá trình vượt qua khó khăn này không hề đơn giản vì nó đòi hỏi con người phải hết lòng và hết sức để có thể hướng đến mục tiêu bằng mọi nỗ lực. Ở đây có lúc con người phải khắc phục những nhu cầu cá nhân hay những nỗi sợ của cá nhân. Nổi bật lên trong đó là khả năng ức chế nhu cầu của con người, khả năng kìm hãm những đòi hỏi tạm thời để hướng đến một mục tiêu đã được khát khao. Ở đây cũng cần nhấn mạnh rằng ý chí được xem như là một khả năng kiểm soát, điều chỉnh hành vi một cách có ý thức nảy sinh trong hoạt động của con người. Đó chính là một đặc trưng rất "người" ở con người vì nếu như con vật thích ứng một cách bị động hoặc chỉ có những hành động nỗ lực một cách giản đơn trong những tình huống nhất định thì con người luôn có sự nỗ lực rất hết lòng và hết sức. Chính sự đòi hỏi của cuộc sống cùng với những khát khao chiến thắng và chinh phục thiên nhiên, cuộc sống đã thôi thúc ý chí của con người hiện hữu.

Ý chí của con người cũng mang màu sắc khác nhau ở mỗi cá nhân cho nên nó cũng được xem như một năng lực. Điều này có nghĩa là một số cá nhân có khả năng ý chí rất cao và một số cá nhân thì còn hạn chế trong khả năng ý chí. Ngay cả khi xét ý chí trong điều kiện xã hội khác nhau thì ý chí con người cũng được hình thành và biến đổi tùy theo những điều kiện xã hội - lịch sử, tùy theo những điều kiện vật chất của đời

sống xã hội. Tính chất của những mục đích và những thúc đẩy đối với hành động ở con người được quyết định ở chỗ từng người tạo lập và biến đổi nhu cầu của bản thân. Nói như thế để thấy xu hướng của ý chí có thể khác nhau trong những thời đại khác nhau.

Khi xem xét về việc khắc phục những khó khăn bên ngoài và bên trong để đạt được mục đích, sẽ cảm tính nếu như không quan tâm thực sự đến điều kiện thực tế. Để vượt qua được tất cả những điều kiện thực tế, con người sẽ huy động sức mạnh tâm lý của mình để cho ý chí xuất hiện. Ở đây, mục đích hành động của con người được phản ánh trong ý chí là do những điều kiện cụ thể của hoạt động khách quan quy định. Trong khi điều khiển hành vi con người, với sự nỗ lực của bản thân chủ thể, ý chí đã thể hiện tính tích cực, đã thể hiện sự tự do tương đối của chủ thể trong việc lựa chọn các điều kiện, phương tiện, phương pháp để đạt được mục tiêu.

Khi đánh giá về sự nỗ lực của con người, không thể không quan tâm về sự nỗ lực ấy trong mối quan hệ với giá trị của mục tiêu hay là sự hợp lý và chân chính của mục tiêu. Nói khác hơn, giá trị chân chính của ý chí không phải ở điểm ý chí đó như thế nào (mạnh hay yếu, cao hay thấp, quyết chí hay không quyết chí...) mà còn thể hiện ở chỗ nó hướng vào cái gì. Khi phân tích ý chí hướng vào cái gì, cần nhìn nhận trong mối quan hệ giữa con người với con người, giữa con người với công việc - nghề nghiệp, giữa cái tôi và chúng ta, giữa mong mỏi cá nhân và đòi hỏi của cộng đồng, chuẩn mực của xã hội... Đó cũng chính là vấn đề cần chú ý khi nhìn nhận về ý chí hay nói cụ thể là phải phân biệt mức độ của ý chí và nội dung đạo đức của ý chí.

6.1.2. Vai trò của ý chí

Ý chí là quá trình chống lại đam mê, dục vọng bên trong và những áp lực - khó khăn của thế giới bên ngoài, phát huy sự tự do của con người. Dục vọng của con người nếu bị buông lỏng sẽ gây nên những ảnh hưởng không tốt đến cuộc sống của cá nhân cũng như xã hội cho nên ý chí là một trong những phương thức góp phần kiểm soát hành vi, phát triển tâm lý.

Ý chí giúp con người có sức mạnh phi thường, vượt qua muôn vàn khó khăn, trở ngại tưởng chừng không vượt nổi. Nhờ ý chí mà con người tổ chức được hoạt động của mình, biến đổi được thế giới tự nhiên và cả thế giới xã hội, tạo ra được những giá trị vật chất - tinh thần góp phần thực hiện được sự đi lên của cuộc sống.

Ý chí làm cho đời sống con người và đời sống xã hội sẽ phong phú hơn khi nhờ vào sự năng động của ý thức, con người luôn hướng đến một định hướng tốt hơn, mới hơn và hoàn thiện hơn.

6.1.3. Một số phẩm chất của ý chí

Trong quá trình sống và hoạt động, con người sẽ dần hình thành những phẩm chất ý chí cần thiết để tồn tại và phát triển. Cũng chính những phẩm chất này đặc trưng cho nhân cách của con người. Nó sẽ là nền tảng hay điều kiện thực hiện những mục đích hay lý tưởng sống của con người khi hỗ trợ con người vượt qua những khó khăn

và thách thức. Có thể đề cập đến những phẩm chất sau của ý chí: tính mục đích, tính độc lập, tính quyết đoán, tính kiên trì và tính tự chủ.

a. Tính mục đích:

Đây là một phẩm chất quan trọng của ý chí liên quan chặt chẽ đến khả năng đề ra mục đích trong hoạt động và trong cuộc sống của mình. Ngoài ra, tính mục đích giúp con người biết điều khiển hành vi của mình phục tùng vào định hướng đã được xác lập một cách tự giác, mạnh mẽ.

Với tư cách là chủ thể, tính mục đích của con người cho phép con người xác định mục đích gần và mục đích xa, mục đích bộ phận hay mục đích tổng thể của cuộc đời... Tính mục đích trong ý chí của con người phụ thuộc vào thế giới quan và những nguyên tắc đạo đức nhất định mà người đó lĩnh hội [14]. Nói khác hơn tính mục đích bị ảnh hưởng bởi lý tưởng sống và nguyên tắc sống của cá nhân. Vì vậy, khi xem xét tính mục đích trong ý chí của một cá nhân, không chỉ xem xét ở góc độ hình thức mà cần quan tâm cả góc độ nội dung.

b. Tính độc lập:

Tính độc lập liên quan đến khả năng đưa ra những quyết định và thực hiện hành động đã dự định mà không chịu ảnh hưởng bởi người khác. Tính độc lập trong ý chí còn thể hiện ở điểm chủ thể không bị ám thị hay áp đặt suy nghĩ, hành động bởi một đối tượng khác khi mình đã có suy nghĩ, cân nhắc và đưa ra những sự lựa chọn.

Tuy nhiên, tính độc lập không phải là sự bướng bỉnh hay sự cứng nhắc để khăng khăng chống lại những ý kiến, những suy nghĩ khác với mình. Tính độc lập vẫn cho phép con người từ bỏ những ý kiến, những suy nghĩ của mình để chấp nhận ý kiến người khác, để điều chỉnh thái độ và hành vi sao cho phù hợp hơn, hiệu quả hơn. Tính độc lập giúp cho con người hình thành được niềm tin và sức mạnh vào bản thân, vào những suy nghĩ và năng lực của chính mình trong hoạt động và cuộc sống.

c. Tính quyết đoán:

Tính quyết đoán là phẩm chất của ý chí liên quan chặt chẽ đến khả năng đưa ra những quyết định kịp thời, dứt khoát mà không có những tình trạng dao động không cần thiết hay phụ thuộc vào những tác động xung quanh. Tính quyết đoán được thể hiện vẫn dựa trên nền tảng của sự suy nghĩ, cân nhắc và phân tích một cách thấu đáo. Đó là lúc mà sự tham gia của nhận thức được thể hiện một cách rõ nét để con người đưa ra những quyết định hay những hành động có căn cứ.

Một con người có tính quyết đoán sẽ có thể làm chủ được hoạt động trí tuệ cũng như hoạt động thực tiễn của chính mình, giúp cho họ có niềm tin vào sự quyết định sẽ thành công khi có suy nghĩ đúng đắn và hợp lý.

Tính quyết đoán của ý chí không chỉ xuất phát từ trí tuệ vì khi con người phải thực sự mạnh mẽ thì mới có thể quyết đoán. Một người mà không có tính quyết đoán thì hay do dự, dao động và đưa ra những quyết định không kịp thời hay thực hiện những hành động không đúng lúc. Mặt khác họ cũng hay hoài nghi, hay trăn trở một

cách quá đáng về những thời điểm cần phải tiến hành hành động. Một người có tính quyết đoán chắc chắn phải có hành động dứt khoát, kịp lúc và không bị chần chừ hay dao động. Chính vì vậy, tiền đề cũng khá quan trọng của tính quyết đoán chính là lòng dũng cảm.

d. Tính kiên trì:

Tính kiên trì của ý chí liên quan đến khả năng vượt khó để đạt được mục đích dù rằng quá trình thực hiện ấy có thể ngắn nhưng cũng có thể rất dài. Tính kiên trì này thể hiện cường độ của ý chí mà đó chính là sự bền bỉ làm cho cá nhân không cảm thấy mệt mỏi, chán nản. Những thách thức và khó khăn dù có tác động cũng không làm cho cá nhân nhụt chí mà còn làm cho cá nhân có thêm sức mạnh và nghị lực để vượt qua tất cả những rào chặn phía trước hành trình thực hiện mục đích của chính mình.

Tuy nhiên, kiên trì cũng không phải là lì lợm và ương bướng. Cần phân biệt tính kiên trì trong ý chí với tính lì lợm, bướng bỉnh ở một số cá nhân vì những suy nghĩ cảm tính và chủ quan hay vì những thói quen không muốn tiếp nhận hoặc không muốn đổi thay.

e. Tính tự chủ:

Tính tự chủ liên quan đến khả năng làm chủ được bản thân trong những trường hợp có sự xung đột tâm lý bên trong. Tính tự chủ giúp con người duy trì được sự kiểm soát các hành vi của bản thân như: chiến thắng nhưng đòi hỏi không hợp lý, chiến thắng những suy nghĩ tiêu cực hoặc những xúc cảm âm tính.

Tính tự chủ còn liên quan đến khả năng kiểm soát, làm chủ được những xúc động, cảm xúc xảy ra không đúng lúc và không hợp lý của con người trong hoạt động và giao tiếp. Tính tự chủ liên quan mật thiết với khả năng quản lý cảm xúc của chính mình trong hoạt động khi thực hiện những sự tương tác để hướng đến mục tiêu đã được xác định. Đó chính là nền tảng để con người hạn chế sự được nóng giận, cọc cằn hay sự thô lỗ hoặc những phản ứng quá khích. Phẩm chất này liên quan chặt chẽ với khả năng giao tiếp của con người cũng như sự vận dụng giao tiếp khi thực hiện những hoạt động nhất định.

6.2. HÀNH ĐỘNG Ý CHÍ

6.2.1. Định nghĩa

Hành động ý chí hiểu một cách đơn giản là những hành động thực hiện theo sự nỗ lực của ý chí, sự cố gắng của nhận thức - hành vi.

Theo nghĩa thông thường, hành động ý chí được sử dụng với một số thuật ngữ tương đương như: hành động quyết chí, hành động nỗ lực, hành động hết mình...

Hành động ý chí thể hiện mối liên hệ với ý thức về mục đích và cách thức hành động giúp con người mạnh mẽ, tự tin và quyết chí thực hiện nhằm đạt kết quả như mong đợi.

Tóm lại, có thể hiểu về hành động ý chí như sau: *Hành động ý chí là hành động*

có ý thức, có chủ tâm, đòi hỏi nỗ lực khắc phục khó khăn thực hiện đến cùng mục đích đã đề ra.

6.2.2. Đặc điểm của hành động ý chí

Hành động ý chí có thể được phân tích trên bình diện là một hành vi có sự nỗ lực ý thức cao trong một hoàn cảnh nên mang những đặc điểm sau:

* *Hành động ý chí mang tính mục đích:*

Hành động ý chí mang tính mục đích tự giác do nó quan hệ mật thiết với nhận thức. Trước khi con người thực hiện hành động ý chí, con người luôn quan tâm đến mục đích của hành động, ý nghĩa của hành động cũng như điều kiện thực hiện hành động...Tư duy sẽ thôi thúc con người đặt những câu hỏi như: hành động để đạt được mục đích gì, hành động để làm chi, hành động sẽ gặp khó khăn ở điểm nào...Nói khác đi, hành động ý chí được xác định dựa trên sự mong đợi của con người, những điều kiện thực hiện cũng như những tác động khác. Khi con người ý thức được mục đích và điều kiện thực hiện thì hành động ý chí mới trở nên mạnh mẽ vì nó sẽ thôi thúc con người đạt được mục đích. Nếu mất đi đặc điểm này thì hành động ý chí sẽ không thể tồn tại và không thể gọi đó là hành động ý chí.

* *Hành động ý chí xuất phát từ tâm lý của chủ thể:*

Nếu những tác động từ thế giới xung quanh không gây một tác động nhất định với chủ thể thì không thể xuất hiện hành động ý chí. Những kích thích bên ngoài dù cho có tác động vào chủ thể nhưng chính chủ thể không cảm nhận hay không cảm thấy phải được thôi thúc hành động thì cũng không thể xuất hiện hành động ý chí. Nói khác đi, hành động ý chí xuất hiện dựa trên sự động cơ hóa những tác động hay động cơ hóa hành động. Chỉ khi chủ thể nhận thức được rằng mình phải hành động, mình phải thực hiện vì đó là một hành động cần thiết và ý nghĩa thì hành động ý chí mới có thể xuất hiện.

Hành động ý chí cũng không thể tồn tại một cách chơi vơi mà nó luôn luôn gắn chặt với những hoạt động. Những hoạt động nhất định là cơ sở để đạt được mục đích đã được xác định. Những hành động ý chí xuất phát ngay trong đời sống tâm lý của con người cũng phải tồn tại một cách cụ thể trong một hoạt động cụ thể hay những công việc cụ thể hay khi thực hiện những nhiệm vụ cụ thể. Chính vì vậy, những hành động ý chí sẽ hỗ trợ giúp con người thực hiện hoạt động một cách hiệu quả hơn là vậy.

Trong hành động ý chí, con người luôn có quá trình lựa chọn phương tiện và biện pháp hành động sao cho thực hiện được mục đích và đạt được một kết quả như mong muốn. Nói khác hơn, để thực hiện được hiệu quả của hành động, hành động ý chí đòi hỏi phải có sự cân nhắc thấu đáo về cách thức thực hiện, điều kiện - phương tiện thực hiện với sự tham gia rất cao độ của nhận thức - tư duy. Đây cũng chính là đặc điểm để thấy rằng hành động ý chí của con người rất độc đáo và chỉ có ở người là thế.

Trong hành động ý chí còn luôn có sự tham gia của nhận thức ở mức độ cao mà nó thể hiện ở sự theo dõi, kiểm tra, giám sát, điều khiển và điều chỉnh. Đấy chính là sự

tham gia đích thực của ý chí. Với sự nỗ lực của ý chí, hành động ý chí sẽ hướng đến việc khắc phục những khó khăn, hoặc nỗ lực nhiều hơn nữa. Tuy nhiên, cũng có thể hành động ý chí sẽ được chính sự điều khiển của ý thức để chuyển sang một quyết định mới liên quan đến hành động như: tạm dừng hành động, chuyển hành động, không hành động...

6.2.3. Phân loại hành động ý chí

Có thể phân loại hành động ý chí theo các loại sau đây:

* *Hành động ý chí đơn giản*

Hành động ý chí đơn giản là những hành động có mục đích rõ ràng nhưng sự lựa chọn phương tiện, biện pháp thực hiện cũng như sự nỗ lực khó khăn không thể đầy đủ.

* *Hành động ý chí cấp bách*

Hành động ý chí cấp bách là những hành động xảy ra trong một thời gian rất ngắn ngủi, đòi hỏi phải có sự quyết định và sự thực hiện quyết định nhanh chóng. Trong hành động này, mục đích, phương tiện cũng như sự nỗ lực của bản thân hầu như hòa quyện cùng nhau.

* *Hành động ý chí phức tạp*

Hành động ý chí phức tạp là loại hành động điển hình, mục đích, phương tiện, sự nỗ lực được thực hiện một cách rõ ràng.

6.2.4. Các giai đoạn của hành động ý chí

Một hành động ý chí bao gồm các giai đoạn khác nhau từ khác chuẩn bị đến lúc thực thi. Phân tích các giai đoạn cơ bản của hành động ý chí cho thấy:

a. Giai đoạn chuẩn bị

Đây là giai đoạn hành động trí tuệ, giai đoạn suy nghĩ. Giai đoạn này bao gồm:

+ Đặt ra và ý thức rõ ràng về mục đích hành động.

+ Lập kế hoạch và tìm ra phương pháp thực hiện.

+ Quyết định hành động.

Phân tích sâu về giai đoạn chuẩn bị cho thấy nhu cầu chính là yếu tố cơ bản thúc đẩy cho hành động ý chí được chuẩn bị. Nhu cầu thực hiện hành động ý chí có thể phân tích sau:

Nhu cầu là yếu tố kích thích, gây ra mọi hành động. Nhu cầu gồm nhiều mức độ khác nhau:

+ Mức độ thấp - ý hướng; ở mức độ này mới chỉ phản ánh trong ý thức, nghĩa là còn mù mờ, chưa rõ ràng. Nhu cầu ở mức ý hướng là nhu cầu còn chưa rõ ràng, chưa phản ánh một cách đầy đủ.

+ Mức độ cao hơn ý muốn - so với ý hướng thì nhu cầu biểu hiện rõ ràng hơn, xác định được đối tượng của nhu cầu, nhưng chưa xác định được phương pháp thực

hiện mục đích.

+ Mức độ ý định là nhu cầu đã được ý thức một cách đầy đủ, con người đã xác định được mục đích của hành động. Chẳng hạn, khi ta nói ý định làm việc gì đó nghĩa là người ta sẵn sàng hành động.

Khi giai đoạn chuẩn bị được thực thi thì một trong những yếu tố cần được phân tích sâu đó chính là quyết định hành động. Trong khi chủ thể chuẩn bị thì chính chủ thể đã trải qua việc ý thức rõ ràng về mục đích cũng như lập kế hoạch thực hiện. Quyết định được thực hiện là bước cuối trong khâu chuẩn bị hay giai đoạn chuẩn bị.

b. Giai đoạn quyết định thực hiện hoạt động

Kết quả của những đấu tranh trong chính bản thân là hành động đưa đến những quyết định. Giai đoạn quyết định thực hiện hoạt động dựa trên những suy nghĩ và cân nhắc của cá nhân. Quyết định là việc kết thúc giai đoạn chuẩn bị cho hành vi ý chí. Quyết định xuất hiện cũng chỉ dừng lại ở mục đích và những phương pháp, phương tiện tiến hành hành vi ý chí. Người ta có thể phân biệt các loại quyết định như sau:

- Quyết định thông thường

Quyết định thông thường là quyết định hầu như không tách rời khỏi các ý muốn cụ thể, thực hiện tiêu biểu qua các hành vi ý chí đơn giản, dễ dàng xảy ra, không có sự dao động gì và thường không có sự đấu tranh giữa các động cơ hoặc sự đấu tranh ấy bị hạn chế tối đa. Quyết định thông thường là quyết định được vận dụng theo truyền thống đã hình thành mà không cần có sự nỗ lực đặc biệt nào của ý chí.

- Quyết định không có đủ cơ sở

Quyết định không có đủ cơ sở là quyết định được đưa ra trong những tình huống khó khăn mà chủ thể chưa có sự chuẩn bị để vượt qua. Quyết định như vậy xảy ra ở những người thiếu kiên quyết, kém ý chí, quy phục hoàn cảnh và không có lý tưởng sống rõ ràng.

- Quyết định có ý thức.

Quyết định có ý thức là quyết định tiêu biểu đối với những hành vi ý chí được thực hiện một cách độc lập sau khi đã phân tích kỹ các tình huống. Những quyết định loại này thường gắn liền với sự nhận thức đầy đủ bản chất, tầm quan trọng và sự cần thiết của hành động cần tiến hành.

- Nỗ lực ý chí.

Trong giai đoạn này vẫn có sự tham gia đặc biệt của sự nỗ lực ý chí. Nỗ lực ý chí thể hiện ở sự chú ý tập trung vào hoạt động cần thiết, hoặc ở sự kích thích chủ thể hoạt động, mặc dù có những khó khăn trở ngại nảy sinh trên con đường đạt tới mục đích. Sự nỗ lực ý chí thường khác nhau tùy thuộc vào tính chất và đặc điểm của những khó khăn phải nỗ lực để vượt qua. Có thể phân thành các nhóm khó khăn sau đây:

+ Những khó khăn khách quan do những đặc điểm tiêu biểu của bản thân các đối tượng khác nhau quy định.

+ Những khó khăn chủ quan do những đặc điểm riêng của bản thân chủ thể, do những mối quan hệ đã hình thành giữa chủ thể với hiện thực xung quanh quy định.

c. Giai đoạn thực hiện

Đây là giai đoạn kế tiếp của hành động ý chí sau khi đã quyết định. Giai đoạn này đòi hỏi sự nỗ lực lớn lao, nhưng nỗ lực chưa đủ mà phải có ý chí.

Quá trình thực hiện quyết định có thể có hai hình thức hành động bên ngoài - hành động bên trong, có thể gọi đó là hành động ý chí bên ngoài và hành động ý chí bên trong. Nếu con người ta đi chệch khỏi con đường đã định tức lệch mục đích thì đó là hành động thiếu ý chí.

Việc thực hiện được tiến hành bằng các thao tác hoạt động nhất định nhằm đạt tới mục đích với những phương thức nhất định. Thiếu giai đoạn này thì không thể có hành vi ý chí nữa. Chính giai đoạn thực hiện làm chỉ hành vi ý chí mới thực sự hiện hữu để đạt được mục đích của hành động.

d. Giai đoạn đánh giá

Sau khi các hành vi ý chí được thực hiện, con người bao giờ cũng đánh giá các kết quả đã đạt được. Việc đánh giá này rất cần thiết để rút kinh nghiệm cho những hành vi sau đó. Việc đánh giá hành vi ý chí có một ý nghĩa thực tiễn rất lớn trong hoạt động của con người, nó trở thành sự kích thích và động cơ đối với hoạt động tiếp theo. Sự đánh giá xấu thường là động cơ dẫn đến việc đình chỉ hoặc sửa chữa những hành động hiện tại. Sự đánh giá tốt sẽ kích thích việc tiếp tục tăng cường và cải tiến hành động đang thực hiện.

Đánh giá kết quả hành động là đối chiếu kết quả đạt được với mục đích đã định. Sự đánh giá có thể xảy ra hai trạng thái: Đánh giá xấu thường kèm theo những rung cảm xấu hổ, hối hận, chưa thỏa mãn; Đánh giá tốt xảy với những rung cảm thỏa mãn, hài lòng, sung sướng.

Sự đánh giá hành động có ý nghĩa thực tiễn to lớn trong hoạt động của con người. Nó có thể trở thành động cơ, kích thích đối với hoạt động tiếp theo: Đánh giá xấu lẫn dẫn đến việc đình chỉ hoặc sửa chữa hành động hiện tại; Đánh giá tốt sẽ kích thích việc tiếp tục, tăng cường hành động đang thực hiện.

6.2.5. *Rèn luyện ý chí*

Ý chí có thể được rèn luyện bằng nhiều phương pháp khác nhau chủ yếu dựa trên mức độ và tính chất của sự quyết tâm của con người.

- Cố gắng xây dựng những thói quen tốt, luôn chống lại những đam mê vô thức.
- Luôn ý thức chính mình, chống lại những cử chỉ máy móc.
- Luôn cố gắng làm chủ những xung động, cố gắng cân bằng cuộc sống, mỗi ngày làm việc gì đó chứng tỏ mình mạnh hơn sự thúc đẩy của bản năng.
- Mạnh dạn thay đổi bản thân để luôn kiên trì, quyết đoán theo định hướng của

các phẩm chất ý chí.

– Tập thái độ quyết chí và vượt qua những thách thức và khó khăn ban đầu trong học tập, làm việc.

6.3. HÀNH ĐỘNG TỰ ĐỘNG HÓA

Trong khi phân tích về ý chí, sẽ là thiếu sót nếu lúc nào cũng đặt con người ở trạng thái ý chí. Ở con người còn có những hành động tự động hóa để làm phong phú đời sống và hoạt động của mình.

6.3.1. Định nghĩa

Hành động tự động hóa là hành động có ý thức, có ý chí nhưng do được lặp đi lặp lại hay do tập luyện mà về sau trở thành những hành động tự động, nghĩa là không cần có sự kiểm soát trực tiếp của ý thức mà vẫn được thực hiện có kết quả.

Ví dụ: hành động đánh răng trước khi đi ngủ, hành động kiểm tra lịch làm việc mỗi buổi sáng...

Hành động tự động hóa khá đa dạng. Có hai loại hành động tự động hóa: kỹ xảo và thói quen và cần phân biệt hai dạng hành động tự động hóa này dưới góc độ Tâm lý học.

Kỹ xảo	**Thói quen**
- Mang tính chất kỹ thuật. - Được đánh giá về mặt thao tác. - Ít gắn với tình huống. - Có thể ít bền vững nếu không thường xuyên luyện tập, củng cố. - Con đường hình thành chủ yếu của kỹ xảo là luyện tập có mục đích và có hệ thống.	- Mang tính chất nhu cầu, nếp sống. - Được đánh giá về mặt đạo đức. - Luôn gắn với tình huống cụ thể. - Bền vững, ăn sâu vào nếp sống. - Hình thành bằng nhiều con đường như rèn luyện, bắt chước.

6.3.2. Những quy luật hình thành kỹ xảo

Sự hình thành kỹ xảo không chỉ dẫn đến sự củng cố mà còn dẫn đến sự hoàn thiện hành động bằng cách lĩnh hội các thủ thuật hành động ngày có hiệu quả hơn. Đây cũng là mấu chốt để nâng cao hiệu quả làm việc.

Quá trình luyện tập để hình thành kỹ xảo diễn ra theo các quy luật sau:

a. Quy luật về sự tiến bộ không đồng đều về kỹ xảo

Trong quá trình hình thành kỹ xảo, kết quả luyện tập không đồng đều, lúc tiến bộ nhanh, lúc tiến bộ chậm. Kết quả luyện tập kỹ xảo không chỉ phụ thuộc vào số lần củng cố mà còn phụ thuộc vào nhiều nguyên nhân chủ nhân chủ quan và khách quan khác.

+ Có loại kỹ xảo khi mới luyện tập thì tiến bộ nhanh, sau đó chậm dần.

+ Có những kỹ xảo khi mới bắt đầu luyện tập thì sự tiến bộ chậm, nhưng đến một giai đoạn nhất định nó lại tăng nhanh.

+ Có những trường hợp khi bắt đầu luyện tập thì sự tiến bộ tạm thời lùi lại, sau đó tăng dần.

b. Quy luật đỉnh của phương pháp luyện tập

Mỗi phương pháp luyện tập kỹ xảo chỉ đem một kết quả cao nhất đối với nó và không thể nâng kết quả lên cao hơn nữa. Mức kết quả cao nhất mà mỗi phương pháp luyện tập có thể đem lại được gọi là "đỉnh" của phương pháp đó.

Muốn đạt được kết quả cao hơn nữa, trong luyện tập cần biết thay đổi không ngừng phương pháp luyện tập, sử dụng phương pháp có đỉnh cao hơn.

c. Quy luật tác động qua lại giữa kỹ xảo cũ và kỹ xảo mới

Trong quá trình hình thành kỹ xảo mới, những kỹ xảo cũ đã có người luyện tập có ảnh hưởng nhất định đến việc hình thành kỹ xảo mới. Sự ảnh hưởng này có thể tốt hay xấu. Nếu ảnh hưởng tốt thì làm cho quá trình thành kĩ xảo mới nhanh hơn, dễ dàng hơn, bền vững hơn, người ta gọi đó là sự di chuyển kỹ xảo.

Có những trường hợp kỹ xảo cũ ảnh hưởng xấu đến sự hình thành kỹ xảo mới, gây cản trở, khó khăn cho sự hình thành kỹ xảo đó sẽ là sự giao thoa kỹ xảo,…

d. Quy luật dập tắt kỹ xảo

Một kỹ xảo đã được hình thành, nhưng nếu không được sử dụng thường xuyên thì sẽ bị suy yếu và có thể mất hẳn, đó là sự dập tắt kỹ xảo. Trong quá trình hoạt động cần có sự ôn luyện thường xuyên để củng cố và không làm mất kỹ xảo đã có.

Khi đề cập đến việc hình thành thói quen thì một cơ chế tâm lý cũng cần đề cập ở đây đó là sự lặp lại tự động hóa tự nhiên hoặc sự tập luyện dày công, cố gắng và nỗ lực.

Việc hình thành thói quen thực hiện bằng con đường khác nhau. Một trong những con đường đó là sự lặp đi lặp lại một cách đơn giản các cử động và hành động không chủ định được nảy sinh trong các nảy sinh tâm lý nhất định của con người. Chẳng hạn, có những học sinh hay "nói leo" trong lớp, hay có em ngậm bút trong mồm khi suy ngẫm điều gì đó - hoặc có người hay dùng những ngón tay "gõ trống" trên mặt bàn - có người hay vo tròn giấy hoặc di chuyển đồ vật từ chỗ nọ sang chỗ kia khi đang sốt ruột; hoặc có người có thói quen khi nói chuyện hay vung tay, chỉ trỏ vào người khác…Những thói quen này do lặp đi lặp lại nhiều lần những cử chỉ, hành động không chủ định. Có những thói quen bắt chước trong quá trình sống và dần dần trở thành sự ổn định.

Nhưng có một số thói quen được hình thành nhờ vào sự tập luyện một cách đích thực và nỗ lực:

- Do sự giáo dục của người khác có chủ đích.

Những thói quen này tốt - có lợi cho hoạt động học tập, rèn luyện của học sinh. Muốn giáo dục, hình thành thói quen tốt bản thân mỗi học sinh phải đạt mục đích khi hình thành thói quen. Đó là hình thành thói quen có cơ sở khoa học, có định hướng, có mục đích.

- Do sự tự giáo dục của bản thân.

Có những hành vi văn minh, giao tiếp có văn hóa với mọi người, với thầy cô… ban đầu được giáo dục bởi người khác. Tuy nhiên, đến một thời điểm, tự cá nhân nhận thức và tự giáo dục chính mình theo những chuẩn mực được nhận thức nên vai trò của yếu tố tự giáo dục nổi lên và thể hiện một cách rất đậm nét [12].

Tuy nhiên, dẫu chịu sự tác động bởi yếu tố nào đi nữa thì muốn làm được điều đó cần chú ý đến các điều kiện cơ bản sau:

+ Phải làm cho học sinh tin tưởng vào sự cần thiết phải có những thói quen ấy.
+ Tổ chức những điều kiện khách quan thúc đẩy sự hình thành thói quen.
+ Phải có sự kiểm soát của học sinh đối với việc thực hiện nghiêm chỉnh các hành động cần phải chuyển thành thói quen.
+ Đấu tranh tích cực, kiên quyết gạt bỏ những thói quen xấu.
+ Củng cố những thói quen tốt đang được hình thành bằng những cảm xúc dương tính của học sinh qua sự khích lệ, khuyến khích,… của nhà giáo.

6.3.3. *Giá trị của những thói quen*

Những thói quen - tập quán có giá trị nhất định trong hoạt động và đời sống con người. Thói quen có thể có lợi hoặc có hại cho hoạt động cụ thể của con người [12].

a. Những lợi ích của thói quen

- Thói quen - tập quán làm không gian tâm lý của con người thêm lan rộng, giúp trí tuệ có điều kiện hướng vào những điều có giá trị cao hơn.

- Thói quen - tập quán huấn luyện cho con người những tình cảm tốt: kiên nhẫn, trầm tĩnh,...

- Thói quen - tập quán giúp con người mở rộng phạm vi ý thức và giảm bớt cường độ chú ý, tăng cường sức mạnh tri thức.

b. Những điều không có lợi của thói quen

- Con người dễ trở thành máy móc, rập khuôn trong hoạt động thực tiễn.

- Trong đời sống tình cảm, thói quen làm cho con người dễ thụ động trong việc chịu đựng kham khổ, thậm chí trở nên sắt đá, làm tình cảm bớt phong phú, mất đi tính chất "nghệ sĩ" trong hoạt động và trong đời sống tình cảm nói chung.

- Trong đời sống trí tuệ, dễ có những thành kiến trong tư tưởng, trong phương pháp tư duy là mất đi tính sáng tạo dẫn đến những lối mòn trong sự tiếp thu tư tưởng, trong việc tìm tòi chân lý.

PHẦN TÓM TẮT

- Khái niệm về ý chí: ý chí là mặt năng động của ý thức, biểu hiện ở năng lực thực hiện những hành động có mục đích, đòi hỏi phải có sự nỗ lực khắc phục khó khăn bên ngoài và bên trong.

- Giá trị chân chính của ý chí không phải ở điểm ý chí đó như thế nào (mạnh hay yếu, cao hay thấp, quyết chí hay không quyết chí...) mà còn thể hiện ở chỗ nó hướng vào cái gì. Khi nhìn nhận về ý chí phải phân biệt mức độ của ý chí và nội dung đạo đức của ý chí.

- Một số phẩm chất của ý chí: tính mục đích, tính độc lập, tính quyết đoán, tính kiên trì và tính tự chủ.

- Khái niệm về hành động ý chí: hành động ý chí là hành động có ý thức, có chủ tâm, đòi hỏi nỗ lực khắc phục khó khăn thực hiện đến cùng mục đích đã đề ra.

- Đặc điểm của hành động ý chí: hành động ý chí mang tính mục đích. Hành động ý chí xuất phát từ tâm lý của chủ thể.

- Các giai đoạn của hành động ý chí: giai đoạn chuẩn bị, giai đoạn quyết định thực hiện hành động, giai đoạn thực hiện hành động và giai đoạn đánh giá.

- Định nghĩa về hành động tự động hóa: hành động tự động hóa là hành động có ý thức, có ý chí nhưng do được lặp đi lặp lại hay do tập luyện mà về sau trở thành những hành động tự động, nghĩa là không cần có sự kiểm soát trực tiếp của ý thức mà vẫn được thực hiện có kết quả.

- Có hai loại hành động tự động hóa: kỹ xảo và thói quen. Kỹ xảo mang tính chất kỹ thuật, thường được đánh giá về mặt thao tác, ít gắn với tình huống, có thể ít bền vững nếu không thường xuyên luyện tập - củng cố, con đường hình thành chủ yếu của kỹ xảo là luyện tập có mục đích và có hệ thống. Trong khi đó, thói quen mang tính chất nhu cầu - nếp sống, được đánh giá về mặt đạo đức, luôn gắn với tình huống cụ thể, bền vững - ăn sâu vào nếp sống và được hình thành bằng nhiều con đường như rèn luyện, bắt chước.

Chương 7. NHÂN CÁCH

Nhân cách là phạm trù nền tảng của Tâm lý học đồng thời là đối tượng của các khoa học xã hội và nhân văn. Sự phát triển tâm lý người không chỉ được thể hiện ở các quá trình nhận thức, cảm xúc, ý chí mà tựu trung là sự phát triển của một tổ hợp những thuộc tính tâm lý ổn định tạo nên bộ mặt riêng của từng con người, quy định những phương thức hành vi và kết quả hoạt động của người ấy. Việc làm sáng tỏ bản chất nhân cách, cấu trúc nhân cách, những yếu tố hình thành và phát triển nhân cách không chỉ để nhận diện, giải thích thế giới nội tâm phong phú, độc đáo của con người; mà còn có ý nghĩa quan trọng trong ứng xử, trong việc tổ chức hoạt động giáo dục cũng như những hoạt động khác nhau.

7.1. KHÁI NIỆM CHUNG VỀ NHÂN CÁCH

Thuật ngữ nhân cách theo nghĩa thông thường dùng để chỉ phẩm chất, đạo đức của một người, cũng có khi được dùng với ý nghĩa chỉ giá trị, cốt cách làm người của họ. Nhân cách thường được hiểu là đức tính, phẩm chất tốt, cao đẹp của con người. Trong khoa học, khái niệm nhân cách là một phạm trù đa diện với ý nghĩa rộng và phức hợp.

7.1.1. Các khái niệm: con người, cá nhân, cá tính, chủ thể

7.1.1.1. Con người

Con người là khái niệm chung chỉ một giống loài động vật thuộc bậc thang cao nhất của sự tiến hóa vật chất có lao động, có ngôn ngữ và sống thành xã hội. Là thực thể tự nhiên, con người mang những đặc điểm sinh học và chịu sự chi phối của các quy luật sinh học. Là một thực thể xã hội, con người mang dấu ấn của nền văn hóa - xã hội và chịu sự chi phối của các quy luật xã hội. Hai mặt tự nhiên và xã hội trong con người hòa quyện và tương tác với nhau tạo nên sự khác biệt so với các giống loài động vật khác. Vì thế, cũng có thể định nghĩa: con người là một thực thể sinh vật - xã hội - văn hóa.

7.1.1.2. Cá nhân

Thuật ngữ cá nhân dùng để chỉ một con người cụ thể, hay một cá thể người - đơn vị người nhỏ nhất. Cá nhân còn mang ý nghĩa là một thành viên của xã hội, cộng đồng; đồng thời cũng dùng để phân biệt nó với các cá nhân khác và với nhóm người mà nó là thành viên. Là một cá thể người, mỗi cá nhân có những đặc điểm sinh học riêng, đặc điểm tâm lý riêng và vai trò xã hội nhất định.

7.1.1.3. Cá tính

Thuật ngữ cá tính dùng để chỉ những đặc điểm riêng biệt, không lặp lại về mặt tâm lý và sinh lý của mỗi cá nhân, tạo nên sự khác biệt và độc đáo ở họ so với những cá nhân khác.

7.1.1.4. Chủ thể

Thuật ngữ này dùng để chỉ một cá nhân đang thực hiện các hoạt động có mục

đích, có ý thức nhằm nhận thức và cải tạo thế giới. Khái niệm chủ thể để nhấn mạnh vai trò làm chủ trong mối quan hệ với khách thể, tạo nên sự biến đổi khách thể và biến đổi chính bản thân.

7.1.2. Định nghĩa nhân cách

Dựa trên quan điểm duy vật của về bản chất con người của K. Marx, các nhà tâm lý duy vật biện chứng cho rằng nhân cách có bản chất xã hội - lịch sử. Khái niệm nhân cách vừa là một phạm trù tâm lý vừa là một phạm trù xã hội, nội dung của nhân cách là nội dung của hiện thực xã hội cụ thể chuyển thành những đặc điểm nhân cách của mỗi con người.

Nhân cách chỉ xuất hiện ở con người từ một giai đoạn phát triển nhất định. "Nhân cách là sản phẩm muộn của sự phát triển lịch sử xã hội và cá thể con người" - A. N. Leonchiev. Trẻ sơ sinh là một con người, một cá nhân, có cá tính nhưng chưa là một nhân cách.

Để trở nên nhân cách, cá nhân phải sống, hoạt động, giao tiếp trong xã hội, đạt tới sự trưởng thành xã hội nhất định và trở thành chủ thể có ý thức của hoạt động.

Có thể nêu lên một số định nghĩa nhân cách sau đây:

Với quan niệm nhân cách bao gồm những phẩm chất tâm lý quy định hành vi xã hội của con người, E. V. Sorokhova cho rằng: "Nhân cách là con người với tư cách là kẻ mang toàn bộ những thuộc tính và phẩm chất tâm lý, quy định hình thức hoạt động và hành vi có ý nghĩa xã hội".

Khẳng định nhân cách là chủ thể có ý thức trong việc thực thi các vai trò xã hội, A. G. Kovaliov định nghĩa: "Nhân cách là một cá nhân có ý thức, chiếm một vị trí nhất định trong xã hội và đang thực hiện một vai trò xã hội nhất định".

Tiếp cận nhân cách dưới góc độ giá trị xã hội, phẩm giá làm người của mỗi cá nhân, tác giả Phạm Minh Hạc cho rằng: "Nhân cách là hệ thống các thái độ của mỗi người thể hiện ở mức độ phù hợp giữa thang giá trị và thước đo giá trị của người ấy với thang giá trị và thước đo giá trị của cộng đồng và xã hội, độ phù hợp càng cao, nhân cách càng cao".

Nhấn mạnh tính độc đáo và tính giá trị của nhân cách, tác giả Lê Đức Phúc cho rằng: "Nhân cách là cấu tạo tâm lý phức hợp, bao gồm những thuộc tính tâm lý cá nhân, được hình thành, phát triển trong cuộc sống và hoạt động, tạo nên nhân diện và quy định giá trị xã hội của mỗi người".

Có thể tóm tắt những điểm chung khi hiểu về khái niệm nhân cách như sau:

- Nhân cách là một chỉnh thể của nhiều thuộc tính, đặc điểm bền vững của con người.
- Những đặc điểm thuộc tính ấy mang tính độc đáo riêng ở mỗi cá nhân.
- Những thuộc tính nhân cách thể hiện trong hành vi xã hội, mang giá trị xã hội.

Nhân cách là tổ hợp những đặc điểm, những thuộc tính tâm lý cá nhân thể hiện bản sắc và giá trị xã hội của con người.

7.1.3. Đặc điểm của nhân cách

Có thể đề cập đến các đặc điểm sau đây của nhân cách:

7.1.3.1. Tính ổn định của nhân cách

Nhân cách là những thuộc tính tâm lý hình thành trong đời sống qua sự lặp lại và củng cố những hành vi và thái độ, tạo thành những cấu trúc tâm lý bền vững đặc trưng cho cá nhân. Những nét nhân cách nói riêng và cấu trúc nhân cách nói chung của mỗi cá nhân sẽ biểu hiện thường xuyên trong nhiều tình huống, nhiều mối quan hệ và chi phối các hoạt động, các hành vi ứng xử của họ một cách nhất quán trong một thời gian dài.

Ví dụ: một người có tính trung thực sẽ thể hiện nét nhân cách này một cách thường xuyên trong nhiều công việc, nhiều mối quan hệ và nhiều tình huống. Vì thế, những nét nhân cách và cấu trúc nhân cách khó hình thành, khó thay đổi. Tuy nhiên, nhân cách không phải là bất biến mà có tính linh hoạt (khả biến). Từng thuộc tính có thể biến đổi, nhưng về mặt tổng thể thì chúng vẫn tạo thành một cấu trúc trọn vẹn và tương đối ổn định. Những nét nhân cách có thể thay đổi theo thời gian, dưới tác động của giáo dục của hoàn cảnh sống và sự rèn luyện của mỗi cá nhân. Sự biến đổi này có thể theo các chiều hướng: một là phong phú và hoàn thiện, hai là suy thoái, lệch chuẩn và ba là diễn ra sự "phân ly" nhân cách (những biểu hiện bệnh lý về nhân cách mà chứng đa nhân cách là một dạng phân ly nhân cách điển hình).

Tính ổn định của nhân cách cho phép con người có thể đánh giá, dự đoán những biểu hiện của một nhân cách nào đó trước những tình huống của cuộc sống và những tác động giáo dục cụ thể. Tính linh hoạt của nhân cách cho phép chúng ta có thể giáo dục để hoàn thiện nhân cách cũng như uốn nắn làm thay đổi những nét nhân cách lệch chuẩn.

7.1.3.2. Tính thống nhất của nhân cách

Nhân cách là một chỉnh thể thống nhất của những thuộc tính, những đặc điểm tâm lý khác nhau của cá nhân. Sự liên kết những thành phần của nhân cách như một tổng thể hữu cơ và chặt chẽ, chúng luôn tương tác và ảnh hưởng qua lại với nhau. Đơn cử như một người có tính quyết đoán kết hợp với lòng nhân ái sẽ hành động khác với một người có tính quyết đoán nhưng độc ác. Những thuộc tính trong một nhân cách cũng chi phối, tạo tiền đề và điều kiện cho sự phát triển lẫn nhau. Chẳng hạn, một người thầy giáo có những nét tính cách kiên trì, thương yêu học sinh có thể tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển năng lực hiểu học sinh, năng lực khéo léo đối xử sư phạm.

Nhân cách còn là sự thống nhất hài hòa của các thuộc tính ở các cấp độ "Nội cá nhân", "Liên cá nhân" và "Siêu cá nhân". "Nội cá nhân" là những thuộc tính, đặc điểm ổn định được hình thành ở mỗi cá nhân, bao gồm những nết, những tính, những thói,

tật…riêng của họ. Những nét thuộc về "Liên cá nhân" được hình thành và thể hiện trong các mối quan hệ và trong hoạt động đa dạng của họ như: tính quảng giao, tính hợp tác, tính giữ lời hứa…Những thuộc tính "Siêu cá nhân" là những nét nhân cách có tầm ảnh hưởng xã hội rộng hơn, tạo nên những chuyển biến trong xã hội và thể hiện cao nhất giá trị xã hội của họ, đây là những cống hiến, đóng góp của nhân cách cho xã hội. Ở cấp độ này, nhân cách có một không gian tồn tại rộng mở bên ngoài cá nhân, đó là tồn tại trong những sản phẩm mà họ để lại và trong tâm trí những người khác kể cả các thế hệ mai sau.

Tính thống nhất của nhân cách cho phép chúng ta luôn nhìn nhận, đánh giá và giáo dục nhân cách một cách hoàn chỉnh, toàn diện, không biệt lập và tách rời. Cần dựa trên những nét nhân cách được hình thành trước đó làm cơ sở, tiền đề cho sự hình thành những nét nhân cách mới.

7.1.3.3. Tính tích cực của nhân cách

Nhân cách vừa là sản phẩm của xã hội, vừa là chủ thể của hoạt động và giao tiếp trong xã hội. Mỗi nhân cách với toàn bộ những phẩm chất năng lực của mình đã tác động tới xã hội, tới người khác tạo ra những sản phẩm vật chất tinh thần đem đến lợi ích cho xã hội, cho người khác, cho bản thân, vì thế nhân cách có tính tích cực.

Tính tích cực của nhân cách được thể hiện đa dạng và phong phú trong thực tế với mục đích thích ứng, cải tạo thế giới xung quanh và cải tạo bản thân. Trong quá trình đó, mỗi nhân cách góp phần thúc đẩy xã hội phát triển đồng thời chứng tỏ được chức năng, vị thế xã hội và giá trị xã hội của mình. Giá trị xã hội, cốt cách làm người là tiêu chí rõ nhất của tính tích cực nhân cách.

Nguồn gốc của tính tích cực nhân cách chính là hệ thống nhu cầu của con người, nhu cầu kích thích con người hoạt động tìm kiếm những đối tượng để thỏa mãn nó. Đối tượng và phương thức thỏa mãn nhu cầu luôn được con người sáng tạo và đổi mới không ngừng. Vì thế, tính tích cực nhân cách luôn gắn bó và phát triển trong quá trình thỏa mãn nhu cầu ngày càng cao của con người.

Với tính tích cực của nhân cách, trong tác động và giáo dục con người chúng ta cần chú trọng khơi dậy, nâng cao tính tích cực chủ động ở họ. Mọi hoạt động đều phải dựa trên sự phát huy những tiềm năng, những nhu cầu của chính con người.

7.1.3.4. Tính giao lưu của nhân cách

Nhân cách có bản chất giao lưu, bởi nhân cách chỉ tồn tại, thể hiện và phát triển qua giao lưu với người khác với cộng đồng xã hội. Cùng với hoạt động, giao lưu là phương thức của sự tồn tại con người. Những em bé sinh ra nếu không được sống trong các quan hệ xã hội loài người thì không thể có nhân cách. Nhu cầu giao lưu xuất hiện rất sớm ở trẻ (khoảng 2 tháng tuổi), nhu cầu này có được bởi sự giao lưu gắn bó mẹ - con trong thời kỳ sơ sinh. Nhu cầu về người khác đầu tiên này là nền tảng của sự phát triển các quan hệ của trẻ và là mầm mống cho việc phát triển tâm lý, nhân cách của trẻ.

Qua giao lưu mỗi cá nhân học hỏi những hành vi, ứng xử theo kiểu con người. Qua giao lưu, cá nhân lĩnh hội, thực thi và khẳng định các quy tắc chuẩn mực và các giá trị xã hội. Nhờ giao lưu, các phẩm chất nhân cách con người được bộc lộ và được mọi người xung quanh nhận xét đánh giá theo quan niệm và giá trị xã hội, từ đó cá nhân nhận biết bản thân, so sánh với xã hội và khẳng định giá trị của chính bản thân mình; Đồng thời, nhờ giao lưu mà mỗi cá nhân đã tác động ảnh hưởng đến người khác tạo nên sự chuyển biến thay đổi ở họ. Trên cơ sở giao lưu, cá nhân tự điều khiển, điều chỉnh bản thân mình cho phù hợp với từng hoàn cảnh và các chuẩn mực xã hội.

Với đặc điểm này, cần đặt con người trong các mối quan hệ xã hội để tác động và giáo dục, cần xây dựng các mối quan hệ trong nhóm, tập thể lành mạnh và chú trọng mở rộng và tổ chức những hình thức giao lưu phù hợp cho từng đối tượng.

7.2. MỘT SỐ LÝ THUYẾT VỀ NHÂN CÁCH

7.2.1. Lý thuyết types ngoại hình về nhân cách của E.Kretschmer (1888 - 1964), W.H. Sheldon (1898 - 1977)

Thuyết này cho rằng đặc điểm nhân cách chịu sự quy định của đặc điểm hình thể con người. Theo W. Sheldon, đặc điểm hình thể tương quan với tính cách. Ông đo lường thể trạng của hàng ngàn sinh viên ở đại học thuộc bang Chicago và nghiên cứu kỹ lưỡng 200 sinh viên trong số đó. Ông tổng hợp và phân chia thành ba nhóm thể tạng và mô tả như sau:

- Người mập mạp, đẫy đà (Endomorphy): nội quan, hệ tiêu hóa lớn, hòa đồng, mạnh mẽ, thoải mái, mê ăn uống, khoan dung, thích được yêu thương và tán dương.

- Người cơ bắp, rắn chắc (Mesomorphy): nhiều cơ bắp, xương lớn. Đa số thích hoạt động, quyết đoán, ham mê quyền lực, mạo hiểm, hiếu chiến.

- Người mảnh dẻ, ốm yếu (Ectomorphy): thanh tú, yếu đuối, hay thu mình trong tiếp xúc xã hội, có tính nghệ sĩ, tự kiềm chế, có thiên hướng hoạt động trí tuệ, hay mơ mộng.

Đây là một dạng lý thuyết đề cao yếu tố sinh học quy định nhân cách. Tuy nhiên, chỉ là sự đối chiếu ngoại hình và hành vi để dự đoán tính cách nên mang tính phiến diện và thiếu căn cứ khoa học.

7.2.2. Lý thuyết phân tâm về nhân cách với đại diện là S. Freud (1856 - 1939)

Lý thuyết phân tâm nhấn mạnh yếu tố sinh học quy định bản chất nhân cách, động lực phát triển cũng như các giai đoạn phát triển nhân cách.

Nhân cách được cấu tạo bởi ba thành phần: bản năng (id), cái tôi (ego), cái siêu tôi (superego). Bản năng gồm tất cả những ham muốn nguyên thủy bẩm sinh (nhu cầu sinh lý, ham muốn tình dục), bản năng thuộc về phần vô thức điều khiển con người theo nguyên tắc khoái lạc. Cái tôi là phần nhân cách theo nguyên tắc hiện thực và giữ chức năng kiểm soát bản năng, hướng bản năng thỏa mãn sao cho phù hợp và giảm

thiểu những căng thẳng do sự cấm đoán của cái siêu tôi. Cái siêu tôi là những kinh nghiệm được tích lũy từ thời thơ ấu thông qua sự dạy dỗ của cha mẹ, sự lĩnh hội về giáo dục và các chuẩn mực xã hội. Cái siêu tôi kiểm duyệt, ngăn chặn các bản năng và chỉ cho phép nó thỏa mãn đúng với đạo đức. Quá trình phát triển nhân cách là sự đấu tranh không ngừng nghỉ giữa bản năng, cái tôi và siêu tôi. Động cơ thực sự của nhân cách là những ham muốn bản năng nằm sâu trong vô thức, đó là bản chất thực của con người được che đậy dưới cái tôi hiện thực.

Sự phát triển nhân cách trải qua năm giai đoạn phát triển tâm tính dục, mỗi giai đoạn tập trung vào một cơ quan đặc biệt của cơ thể. Giai đoạn cảm xúc miệng (trong vòng 1 tuổi), trẻ khoái cảm khi bú mẹ, cắn và ăn uống. Giai đoạn hậu môn (2 - 3 tuổi), trung tâm khoái cảm ở hậu môn khi trẻ thải và kìm nén chất thải qua đường hậu môn. Giai đoạn cảm xúc dương vật (4 - 6 tuổi), trẻ thích thú khám phá bộ phận sinh dục của mình. Giai đoạn tiềm ẩn (7 - 11 tuổi), xung lực tính dục tạm thời bị nén lại, trẻ hầu như không còn thích thú về tính dục mà hướng mối quan tâm vào việc tiếp thu các kỹ năng mới ở trường học. Giai đoạn sinh dục (từ 12 - 13 tuổi trở đi), trẻ dậy thì và bước vào thời kỳ cảm xúc ở cơ quan sinh dục.

Theo phân tâm học, các giai đoạn nếu không được giải quyết ổn thỏa (hoặc có quá nhiều kích thích, hoặc quá nhiều hụt hẫng, thiếu thốn), sự phát triển dừng lại ở giai đoạn đó và sẽ phát triển những nét nhân cách đặc trưng cho giai đoạn ấy (sự "cắm chốt" hay "cố định hóa"). Nếu "cắm chốt" ở giai đoạn miệng, trẻ sẽ hành xử quá nhiều ở miệng như: ăn quá nhiều, nghiện thuốc, nói lưu loát, dựa dẫm và ưa châm chọc người khác. Nếu "cắm chốt" ở giai đoạn hậu môn, sau này sẽ trở nên ương ngạnh, bủn xỉn, đam mê hoặc quá ngăn nắp, sạch sẽ, tự kiềm chế quá mức.

7.2.3. Lý thuyết đặc điểm nhân cách với các đại diện: G. Allport (1897 - 1967), R. Cattell (1905 - 1998), H. Eysenck (1916 - 1997)

Nhân cách được cấu thành từ các khối gọi là những đặc điểm (nét) như: thông minh, dối trá, nhạy cảm, liều lĩnh, thủ đoạn…Nét nhân cách là những thói quen ứng xử nhất quán của cá nhân trong những tình huống giống nhau. Nét nhân cách quy định hành vi và thúc đẩy cá nhân tìm kiếm những hướng mà nhờ đó có thể bộc lộ nó. Chẳng hạn, tính ham vui của một người khiến người ấy thường tìm cách có mặt trong những dịp lễ hội, những cuộc họp mặt, bởi qua đó có khả năng bộc lộ tính thích giao du của mình. Nét nhân cách tạo ra sự khác biệt về nội dung và cách bộc lộ nhân cách ở các cá nhân khác nhau. H. Eysenck phát triển mô hình lý thuyết đặc điểm nhân cách và áp dụng kỹ thuật thống kê về các nhân tố nhân cách, ông phân chia thành hai kiểu nhân cách là hướng nội và hướng ngoại. Kiểu nhân cách là tập hợp của rất nhiều những đặc điểm, thói quen và phản ứng cụ thể.

Lý thuyết đặc điểm chú trọng mô tả nhân cách, làm cơ sở cho sự nhận diện nhân cách căn cứ vào sự nhất quán của hành vi.

Có thể đo đạc được nhân cách thông qua những đặc điểm nhân cách. Từ lý thuyết này đã xây dựng những trắc nghiệm đo lường nhân cách như: bản kiểm kê nhân

cách của H. Eysenck, trắc nghiệm nhân cách của R. Cattell, và gần đây nhất là lý thuyết và bản trắc nghiệm nhân cách dựa trên năm đặc điểm lớn của nhân cách của R. McCrae và P. Costa.

7.2.4. Lý thuyết nhân văn về nhân cách với các đại diện như C. Rogers (1908 - 1970), A. Maslow (1902 - 1987)

Lý thuyết nhân văn đề cao và tin tưởng vào bản chất tốt đẹp, lành mạnh của con người. Nhân cách do bản thân con người quyết định trong quá trình hiện thực hóa những tiềm năng vốn có của chính họ.

Theo C. Rogers, con người có bản tính thiện như lòng tự trọng, giá trị bản thân, luôn có mục đích và đáng tin cậy. Con người có xu hướng nhận ra mình (nhận ra khả năng tốt nhất của bản thân), động lực của sự phát triển nhân cách chính là khuynh hướng hiện thực hóa bản thân. Phát huy hết tiềm năng của bản thân, con người có được sự tự do trong tâm hồn, có khả năng tự quyết định và lựa chọn hướng phát triển thích hợp, sẽ sáng tạo và xây dựng một nhân cách tốt, đem lại sự thương yêu và tán thưởng ở người khác.

Theo A. Maslow, con người được thúc đẩy bởi một hệ thống nhu cầu gần như không thay đổi. Hệ thống nhu cầu quy định sự phát triển nhân cách. Chẳng hạn, nếu không thỏa mãn nhu cầu sinh lý sống còn, con người cảm thấy bị thúc ép và lo lắng; khi nhu cầu tự trọng được thỏa mãn, con người cảm nhận được giá trị, nếu không được thỏa mãn nhu cầu này họ vướng vào mặc cảm của sự khiếm khuyết. Khi tất cả các nhu cầu sinh lý, an toàn, tình cảm, tự trọng được thỏa mãn, con người phát triển nhu cầu sự tự thực hiện, lúc này con người hiện thực tiềm năng cao nhất của mình, đạt đến mức độ cao của nhân cách.

7.2.5. Lý thuyết học tập xã hội về nhân cách của A. Bandura (1925)

Đây là lý thuyết nhân cách với nền tảng là lý thuyết hành vi vì chú trọng môi trường bên ngoài quy định nên hành vi và nhân cách. Tuy nhiên, lý thuyết của A. Bandura nhấn mạnh ảnh hưởng của nhận thức của con người (suy nghĩ, cảm tưởng và kỳ vọng) lên hành vi và nhân cách.

Bandura giải thích rằng, nhân cách có được là do toàn bộ những kinh nghiệm của cá nhân được tích lũy hơn là do yếu tố sinh học. Nhân cách do cá nhân ôn luyện trong môi trường mà có, con người chắt lọc kinh nghiệm, nảy sinh hành vi mới bằng cách tổ chức lại hành vi thông qua học tập quan sát. Các thực nghiệm của ông cho thấy, trẻ em thường có khuynh hướng lặp lại hành vi mà nó quan sát được. Trẻ có thể "mô phỏng" hành vi nghĩa là lưu trữ những hành vi đã quan sát được và sẽ thể hiện nó trong tình huống gần giống.

Ví dụ: thấy giáo viên chấm điểm cao cho học sinh có vẽ hình trong bài kiểm tra, lần sau học sinh sẽ vẽ hình trong bài làm của mình; thấy một người nhường ghế cho cụ già và được mọi người xung quanh tán dương, học sinh sẽ học theo hành vi đó. Trẻ cũng có thể "nhận dạng" hành vi (chấp nhận hành vi, đồng nhất và có khả năng thể

hiện thành hình thức hành vi mới lạ).

Cụ thể như: khi được dạy làm bánh, trẻ có thể tự thiết kế cái bánh độc đáo và sáng tạo dựa trên sự hợp nhất nhiều mô hình khác nhau.

Thuyết học hỏi xã hội cho rằng, con người chủ động lựa chọn môi trường cho mình, nó cũng giải thích vì sao con người khác nhau về nhân cách, hơn nữa trong cùng một môi trường thì con người cũng không giống nhau về cách thể hiện giá trị. Một liệu pháp sửa chữa hành vi được xây dựng từ học thuyết này là liệu pháp *tự kiểm soát hành vi*.

7.3. CẤU TRÚC TÂM LÝ CỦA NHÂN CÁCH

Nhân cách là một tổng thể thống nhất của nhiều thành phần, nhiều thuộc tính kết hợp chặt chẽ với nhau. Nói đến cấu trúc nhân cách là nói đến: các thành phần nào tạo nên nhân cách, các thành phần ấy được sắp xếp tổ chức ra sao, chúng có mối quan hệ với nhau như thế nào.

Cấu trúc nhân cách là sự sắp xếp các thuộc tính, các thành phần của nhân cách thành một chỉnh thể trọn vẹn tương đối ổn định trong mối liên hệ và quan hệ nhất định.

Nhân cách là một phạm trù đa diện với nhiều quan điểm tiếp cận, vì thế có nhiều quan điểm khác nhau về vấn đề này. Sau đây là một số kiểu cấu trúc nhân cách dưới góc nhìn Tâm lý học, các kiểu cấu trúc này được vận dụng nhiều trong nghiên cứu, trong giáo dục và đào tạo.

- Quan niệm coi nhân cách gồm ba lĩnh vực cơ bản: nhận thức (bao gồm cả tri thức và năng lực trí tuệ), rung cảm (xúc cảm, tình cảm và thái độ), ý chí (các phẩm chất ý chí, kỹ năng, kỹ xảo và thói quen).

- Quan niệm coi nhân cách gồm bốn tiểu cấu trúc (theo K. K Platonov): xu hướng (thế giới quan, lý tưởng, niềm tin, nhu cầu, hứng thú, tâm thế), kinh nghiệm (tri thức, kỹ năng, kỹ xảo, thói quen), đặc điểm các quá trình phản ánh (các phẩm chất trí tuệ, phẩm chất ý chí và đặc điểm của xúc cảm, tình cảm), các thuộc tính sinh học (khí chất, giới tính, các đặc điểm bệnh lý).

- Quan niệm coi nhân cách gồm bốn thuộc tính tâm lý điển hình: xu hướng, tính cách, khí chất và năng lực.

- Những nghiên cứu về nhân cách gần đây của các tác giả Việt Nam đã đưa ra một cấu trúc nhân cách bao quát gồm bốn thành phần sau:

Xu hướng của nhân cách: hệ thống những thúc đẩy quy định tính lựa chọn của thái độ và tính tích cực của con người. Xu hướng bao gồm: hệ thống nhu cầu, hứng thú, lý tưởng, niềm tin. Các thành phần này quan hệ chặt chẽ, chi phối và tác động qua lại với nhau.

Những khả năng của nhân cách: gồm hệ thống các năng lực của cá nhân, đảm

bảo cho hoạt động đạt kết quả.

Phong cách hành vi của nhân cách: gồm tính cách và khí chất. Những thuộc tính này quy định những đặc điểm trong hành vi và tác phong của mỗi người.

"Cái tôi" - hệ thống điều khiển của nhân cách: "cái tôi" là hình ảnh tổng thể hay biểu tượng về bản thân. "Cái tôi" được phát triển do khả năng tự ý thức của mỗi người. Nhờ "cái tôi", cá nhân nhận thức được bản thân, so sánh với người khác, xác định được khoảng cách giữa mục tiêu, mong đợi và thực tế hiện có của bản thân. Từ đó, "cái tôi" thực hiện sự điều khiển và điều chỉnh nhân cách của mình như: tăng cường hay giảm bớt hoạt động, tự kiểm soát và sửa chữa hành vi, tự khích lệ và xoa dịu bản thân, dự kiến hoạch định cuộc sống của mình. Mức độ phát triển của "cái tôi" chi phối sức mạnh và mức độ phát triển của nhân cách. Với biểu tượng "cái tôi" khách quan và phù hợp, con người sẽ trở thành chủ nhân của sự phát triển nhân cách chính mình.

Theo cách nhìn truyền thống của con người Việt Nam, cấu trúc nhân cách bao gồm hai mặt có mối liên hệ thống nhất: đức và tài hay phẩm chất và năng lực.

Đức (phẩm chất)	**Tài (năng lực)**
- Phẩm chất xã hội (đạo đức - chính trị): thế giới quan, lý tưởng, niềm tin, lập trường, thái độ chính trị… - Phẩm chất cá nhân (đạo đức, tư cách): các nét tính cách, thói quen, ham muốn của cá nhân. - Phẩm chất ý chí: tính mục đích, tính độc lập, tính tự chủ, tính quyết đoán… - Cung cách ứng xử: tính khí, tác phong, lễ tiết…	- Năng lực xã hội hóa: khả năng thích ứng, năng lực sáng tạo, cơ động, mềm dẻo, linh hoạt trong cuộc sống. - Năng lực chủ thể hóa: khả năng thể hiện cái riêng, cái độc đáo, bản lĩnh cá nhân. - Năng lực hành động: khả năng hành động có mục đích, chủ động, tích cực và hiệu quả. - Năng lực giao tiếp: Khả năng thiết lập và duy trì mối quan hệ với người khác.

7.4. NHỮNG THUỘC TÍNH ĐIỂN HÌNH CỦA NHÂN CÁCH

7.4.1. Xu hướng

Trong cuộc sống, con người luôn lựa chọn những đối tượng có ý nghĩa với bản thân từ thế giới khách quan, sự lựa chọn và hướng tới các đối tượng này diễn ra trong một thời gian dài, ổn định và thúc đẩy con người hành động tích cực chiếm lĩnh đối tượng. Những thuộc tính thể hiện sự lựa chọn và tính tích cực thúc đẩy hoạt động như vậy được gọi là xu hướng của nhân cách. Xu hướng quy định phương hướng, mục tiêu của cuộc sống, đồng thời quy định sự phát triển toàn bộ nhân cách nói chung.

Xu hướng là hệ thống những thúc đẩy quy định tính lựa chọn của các thái độ và tính tích cực hoạt động của cá nhân.

Xu hướng được biểu hiện ở các mặt chủ yếu: nhu cầu, hứng thú, lý tưởng, thế giới quan và niềm tin.

7.4.1.1. Nhu cầu

Để tồn tại và phát triển, mỗi cơ thể sống cần phải có những điều kiện và phương tiện nhất định từ phía môi trường bên ngoài. Ví dụ: thức ăn, không khí, tiện nghi vật chất, được an toàn, tự do, được yêu thương, được học hành, được thưởng thức cái đẹp, được thành đạt… Những đòi hỏi này được gọi là nhu cầu.

Nhu cầu là những đòi hỏi tất yếu mà con người thấy cần được thỏa mãn để tồn tại và phát triển.

Nhu cầu có những đặc điểm cơ bản:

- *Nhu cầu có tính đối tượng.*

Nhu cầu bao giờ cũng hướng vào một đối tượng cụ thể, đối tượng ấy có thể là vật chất, tinh thần hay một hoạt động nào đó, chúng có khả năng làm thỏa mãn đòi hỏi của chủ thể. Chỉ khi nào nhu cầu gặp gỡ với đối tượng có khả năng thỏa mãn nó thì lúc đó nhu cầu trở thành động cơ của hoạt động. Vì thế đối tượng của nhu cầu càng được xác định rõ ràng cụ thể, càng kích thích thúc đẩy hoạt động tích cực của con người vươn tới nó.

Tính đối tượng của nhu cầu còn thể hiện ở việc, con người luôn chủ động tác động vào thế giới, sáng tạo ra những đối tượng mới nhằm thỏa mãn nhu cầu ngày càng cao của mình.

- *Nội dung của nhu cầu do những điều kiện và phương thức thỏa mãn nó quy định.*

Nhu cầu phản ánh những điều kiện kinh tế xã hội cũng như điều kiện của mỗi cá nhân. Sản xuất phát triển, xã hội ngày càng văn minh đã làm nảy sinh những nhu cầu và cách thức thỏa mãn đa dạng, phong phú. Đánh giá và tác động vào nhu cầu con người cần phải hướng vào cả nội dung cũng như cách thức thỏa mãn nó như thế nào.

- *Nhu cầu thường có tính chu kỳ.*

Khi nhu cầu được thỏa mãn, bản thân nhu cầu ấy sẽ bị suy yếu đi trong thời điểm đó, nhưng nó lại tiếp tục được lặp lại ở thời điểm khác theo một chu trình nhất định. Đặc biệt những nhu cầu về ăn, ở, mặc, học tập, giao tiếp thường xuyên tái diễn trong cuộc sống. Tuy nhiên, nhu cầu được tái hiện thường sẽ phong phú hoặc ở mức độ cao hơn.

- *Nhu cầu con người khác về chất so với nhu cầu con vật, nhu cầu con người mang tính xã hội.*

Không chỉ khác con vật ở nội dung phong phú của nhu cầu, mà còn khác ở chỗ con người chủ động sáng tạo một thế giới đối tượng để thỏa mãn chúng. Ở con người

ngoài những nhu cầu vật chất còn có những nhu cầu tinh thần, hơn nữa ngay cả những nhu cầu tự nhiên cũng được biến đổi đi và được thỏa mãn có đạo đức, văn hóa và thẩm mỹ.

Nhu cầu con người rất đa dạng phong phú, người ta có thể phân chia các loại nhu cầu dựa trên các tiêu chí nhất định.

Nếu dựa trên đối tượng thỏa mãn nhu cầu, có hai loại nhu cầu: nhu cầu vật chất: nhu cầu ăn, ở, mặc…, nhu cầu tinh thần: nhu cầu nhận thức, nhu cầu lao động, nhu cầu thẩm mỹ, nhu cầu giao tiếp…

Dựa trên thứ tự xuất hiện của các nhu cầu, A. Maslow phân chia năm loại nhu cầu: nhu cầu sinh lý, sống còn (oxy, nước, chất dinh dưỡng, sinh dục…), nhu cầu an toàn (được bảo vệ, an ninh, không bị đe dọa..), nhu cầu phụ thuộc (được yêu thương, tình hữu nghị, được tin cậy…), nhu cầu tự trọng (được tôn trọng, có địa vị, giành được lòng tin, uy tín, danh dự…), nhu cầu phát huy bản ngã (được thể hiện khả năng, đạt được thành tích, có giá trị, phát huy được năng lực, sáng tạo …).

7.4.1.2. Hứng thú

Trong cuộc sống, mỗi cá nhân hướng sự quan tâm với một tình cảm đặc biệt cho một số đối tượng hay hoạt động mà họ thấy thực sự cần thiết và hấp dẫn. Ví dụ: thể thao, âm nhạc, thời trang, công nghệ thông tin…Khi sự quan tâm này tương đối lâu dài, bền vững với đối tượng xác định được gọi là hứng thú.

Hứng thú là thái độ đặc biệt của cá nhân với những đối tượng nào đó vừa có ý nghĩa trong đời sống vừa mang lại sự khoái cảm cho cá nhân trong hoạt động.

Hứng thú được biểu hiện ở khuynh hướng hoạt động của cá nhân với những đối tượng, biểu hiện ở sự tập trung chú ý và ghi nhớ cao, biểu hiện ở tình cảm say mê với đối tượng lựa chọn.

Mỗi người có những hứng thú khác nhau. Có thể phân loại hứng thú dựa trên nội dung hoạt động như: hứng thú vật chất, hứng thú nhận thức, hứng thú chính trị - xã hội, hứng thú nghệ thuật.

Vai trò của hứng thú:

- Hứng thú làm tăng hiệu quả của hoạt động nhận thức. Khi có hứng thú, con người tập trung trí tuệ và tình cảm của mình vào đối tượng khiến sự nhận thức về đối tượng nhạy bén và sâu sắc.

- Hứng thú làm tăng sức lực làm việc, vì tính ý nghĩa và hấp dẫn của đối tượng lôi cuốn cá nhân làm việc say sưa, bền bỉ, ít mệt mỏi.

- Hứng thú làm nảy sinh khát vọng hành động và hành động sáng tạo. Hứng thú cho cá nhân sự thỏa mãn về tình cảm, kích thích nhu cầu hoạt động sáng tạo để khám phá chinh phục đối tượng.

- Hứng thú nâng cao bản ngã của cá nhân vì họ cảm nhận một cuộc sống có ý

nghĩa và tươi sáng, hứng thú cho con người trải nghiệm các cảm xúc phấn khích và hăng hái. Hứng thú kích thích và nâng đỡ tâm hồn con người vượt lên những khó khăn và tăng nghị lực sống cho họ.

7.4.1.3. Lý tưởng

Lý tưởng là mục tiêu cao đẹp, một hình ảnh mẫu mực tương đối hoàn chỉnh có sức lôi cuốn con người vào hoạt động trong một thời gian dài để vươn tới nó.

Mỗi người trưởng thành đều có lý tưởng của mình như: trở thành một nhà khoa học, một kỹ sư tài năng, một nhà hoạt động xã hội, một nhà kinh doanh. Lý tưởng là cái chưa có trong hiện thực, là cái mà cá nhân muốn có, muốn phấn đấu trở thành, lý tưởng thuộc về tương lai mà cá nhân vươn tới.

Trong lý tưởng có sự hòa nhập của ba thành phần tâm lý: nhận thức sâu sắc, tình cảm mãnh liệt và ý chí quyết tâm.

* *Tính chất của lý tưởng*

- Tính hiện thực: lý tưởng là hình ảnh tưởng tượng, nhưng không là cái viển vông mà luôn xuất phát từ hiện thực. Hình ảnh lý tưởng có thể là sự mô phỏng theo hình mẫu thực tế, cũng có thể là sự tổng hợp từ rất nhiều những "chất liệu" hiện thực để xây dựng nên hình ảnh hoàn thiện, hoàn mỹ với cá nhân.

- Tính lãng mạn: lý tưởng là hình ảnh của tương lai, cái khiến con người thấy hấp dẫn và mong ước đạt tới, hình ảnh lý tưởng được con người ôm ấp, tôn thờ, mường tượng với màu sắc tươi thắm, rực rỡ, bay bổng.

- Tính xã hội - lịch sử: lý tưởng cá nhân có nguồn gốc từ xã hội, lý tưởng phản ánh những đặc điểm thời đại, giai cấp và điều kiện xã hội mà cá nhân đang sống. Mỗi giai đoạn lịch sử nhất định có những lý tưởng chung của một dân tộc một giai cấp, chúng đều được thể hiện trong lý tưởng riêng của các cá nhân.

Ví dụ: lý tưởng làm giàu cho bản thân, cho xã hội là chung cho đại đa số thanh niên trong thời đại hiện nay.

* *Vai trò của lý tưởng*

- Lý tưởng là mặt biểu hiện tập trung của xu hướng nhân cách. Nó chi phối và quy định hệ thống nhu cầu, hứng thú, niềm tin của cá nhân.

- Lý tưởng là động lực thúc đẩy, điều khiển toàn bộ hoạt động của con người. Lý tưởng xác định mục tiêu, hướng đi, kế hoạch của cuộc đời. Lý tưởng khiến con người đam mê hoạt động, dành hết tâm sức vượt qua những khó khăn trở ngại để đạt được nó.

- Lý tưởng trực tiếp chi phối sự hình thành và phát triển các thuộc tính tâm lý cá nhân: tình cảm, ý chí, năng lực, tình cách…Để vươn tới lý tưởng cao đẹp, con người tự điều chỉnh những ham muốn không cần thiết, tự thay đổi bản thân mình và trau dồi phát triển những phẩm chất năng lực đáp ứng yêu cầu của công việc cũng như tự hoàn

thiện nhân cách hướng tới những giá trị cao đẹp.

7.4.1.4. Thế giới quan, niềm tin

Thế giới quan là hệ thống các quan điểm về tự nhiên, về xã hội và bản thân được hình thành ở mỗi người và xác định phương châm hành động của họ.

Thế giới quan của cá nhân là sự kết hợp của nhiều thành phần như quan điểm chính tri, tri thức khoa học, chuẩn mực đạo đức, tôn giáo và thẩm mỹ, được hình thành trong cuộc sống dưới ảnh hưởng của giáo dục và sự tham gia tích cực vào các mối quan hệ xã hội.

Thế giới quan cho con người bức tranh tổng thể về thế giới, từ đó quyết định hành vi thái độ của con người. Thế giới quan khoa học soi sáng và thúc đẩy hành động tiến bộ, hợp quy luật của cá nhân góp phần thúc đẩy xã hội phát triển.

Niềm tin là một phẩm chất của thế giới quan, là sự kết tinh các quan điểm, tri thức, rung cảm, ý chí đã được con người trải nghiệm trong hoạt động sống của mình, trở thành chân lý bền vững trong họ.

7.4.2. Tính cách

7.4.2.1. Định nghĩa

Trước những tác động của hiện thực đã hình thành ở con người những phản ứng khác nhau, những phản ứng được củng cố thường xuyên trở thành thái độ và phương thức hành vi ổn định trong các mối quan hệ và công việc được gọi là tính cách. Chúng ta thường dùng các từ: tính tình, tính nết (trung thực, chăm chỉ, dũng cảm…), phẩm chất (trung hiếu, yêu nước, tự trọng…), lòng (chung thủy, yêu thiên nhiên, vị tha…), thói, tật (keo kiệt, ba hoa, lười biếng…) để chỉ tính cách của con người.

Tính cách là sự kết hợp độc đáo các đặc điểm tâm lý ổn định của con người, quy định phương thức hành vi đặc thù của người đó trong những điều kiện sống và hoàn cảnh nhất định, thể hiện thái độ của họ đối với thế giới xung quanh và bản thân.

7.4.2.2. Đặc điểm của tính cách

* *Tính ổn định và linh hoạt*

Tính cách được thể hiện ở thái độ và cách ứng xử giống nhau, nhất quán trong một thời gian dài trước những tình huống hoàn cảnh tương tự. Chẳng hạn, lòng nhân ái của một người là nét tính cách được thể hiện mọi lúc mọi nơi trở thành cách ứng xử ổn định của họ. Khi đã hiểu về tính cách của một người, ta có thể dự đoán khá đúng về hành vi của họ trong tình huống cụ thể. Là những đặc điểm bền vững, khó thay đổi nhưng tính cách không phải là bất biến mà có tính linh hoạt, nghĩa là được phát triển hoàn thiện và cải tạo. Tính cách hình thành trong các hoạt động đa dạng của cá nhân, chịu sự chi phối của những điều kiện kinh tế xã hội và đặc biệt nhờ sự nỗ lực, trui rèn của bản thân mỗi người.

* *Tính độc đáo và tính điển hình*

Tính cách là đặc điểm riêng biệt của cá nhân, không có sự giống nhau hoàn toàn

về tính cách của người này với người khác, "sống mỗi người một nết". Sự khác biệt này biểu hiện ở những thái độ và hành vi độc đáo của mỗi người như là "kiểu sống", "kiểu ứng xử" đặc trưng ở họ.

Ví dụ: người này có kiểu sống nhân ái và nhường nhịn, người kia có kiểu sống khinh khi và bất cần.

Mặt khác, trong tính cách có những nét chung giống nhau ở nhiều người hay một nhóm, phản ánh những điều kiện chung của thời đại, hoàn cảnh, dân tộc, địa phương…của họ tạo nên tính điển hình của tính cách.

Ví dụ: những nét tính cách như: sáng tạo, nhạy bén, mạo hiểm, thực dụng, quý trọng thời gian…là điển hình của nhà kinh doanh. Tính cách là sự thống nhất hòa quyện của tính điển hình và tính cá biệt.

7.4.2.3. Cấu trúc của tính cách

Tính cách là một tổ hợp của nhiều nét tính cách được kết hợp với nhau tạo nên cấu trúc hoàn chỉnh bao gồm hệ thống thái độ và hệ thống hành vi.

* *Hệ thống thái độ - nội dung của tính cách*

- Thái độ đối với xã hội: thái độ lựa chọn, đánh giá và cảm xúc với đất nước, các tổ chức xã hội, các phong tục tập quán, dư luận xã hội. Biểu hiện ở một số nét tính cách như: lòng yêu nước, trung thành với Tổ quốc, tinh thần đoàn kết, trách nhiệm làm giàu cho đất nước, vì nghĩa…

- Thái độ đối với tự nhiên: thể hiện nhận thức và cảm xúc với thiên nhiên. Biểu hiện ở một số nét tính cách: yêu thiên nhiên, bảo vệ thiên nhiên, tôn trọng và gìn giữ môi trường…

- Thái độ đối với người khác: thái độ trong các mối quan hệ với con người (ông bà, cha mẹ, anh em, bạn bè và những người xung quanh). Gồm một số nét tính cách: lòng kính yêu, lòng nhân ái, tính hợp tác, tính cởi mở, tính trung thực, tính công bằng, tính khoan dung.

- Thái độ đối với công việc: thái độ với công việc, nghề nghiệp và sản phẩm làm ra. Thể hiện ở một số nét tính cách như: yêu nghề, cần cù, tận tụy, kỷ luật, cẩn thận, sáng tạo, tiết kiệm…

- Thái độ đối với bản thân: những nét tính cách thể hiện sự đánh giá và rung cảm với bản thân như: tự tin, danh dự, tự trọng, tự phê bình, khiêm tốn, giản dị, cầu tiến… Các phẩm chất ý chí của tính cách: tính mục đích, tính kiên trì, tính tự kiềm chế, tính dũng cảm …

* *Hệ thống hành vi - hình thức của tính cách*

Là sự thể hiện ra bên ngoài của hệ thống thái độ. Hệ thống hành vi bao gồm cử chỉ, động tác, nét mặt, ánh mắt, nụ cười…rất đa dạng phong phú nhưng đều chịu sự chi phối bởi hệ thống thái độ. Chẳng hạn, bạn sẽ nhận biết một người có tính tự tin qua

ngôn ngữ tự chủ, tác phong đĩnh đạc, cái nhìn thẳng thắn và tự nhiên.

Nội dung và hình thức của tính cách có mối quan hệ thống nhất. Thường có sự phù hợp, nhất quán giữa thái độ và hành vi, tuy nhiên trong thực tế có những khi giữa nội dung và hình thức không ăn khớp với nhau. Chẳng hạn, một người thực lòng muốn giúp đỡ người khác nhưng lại thể hiện cử chỉ vụng về, thậm chí trái ngược gây sự hiểu lầm ở người được giúp đỡ; hoặc một người có tính độc ác lại được ngụy trang bằng cử chỉ ân cần, lời nói ngọt ngào.

Hệ thống hành vi được hình thành và ổn định trong sự thống nhất với hệ thống thái độ, nhưng hành vi là hệ thống "động" có tính độc lập tương đối. Vì thế, khi xem xét tính cách, chúng ta cần phải căn cứ vào cả mặt thái độ và hành vi, đồng thời cần phân biệt rõ giữa bản chất và hiện tượng.

Tính cách là thành phần quan trọng, thể hiện bộ mặt đạo đức của nhân cách. Tính cách có ảnh hưởng lớn đến sự phát triển của các thuộc tính khác của nhân cách (xu hướng, năng lực, khí chất). Người có tính cách tốt thường được coi là có nhân cách tốt. Tính cách là sức mạnh giúp con người vượt qua khó khăn đạt được mục tiêu của mình. Người có tính cách tốt còn ảnh hưởng, thuyết phục và lôi cuốn những người xung quanh bằng những hành động gương mẫu, tỏa sáng.

7.4.3. Khí chất

7.4.3.1. Định nghĩa

Các cá nhân có sự khác nhau rất rõ trong những vẻ bề ngoài của hành vi. Người thì luôn nhanh nhẹn hoạt bát; người thì hay e dè, khó thích nghi; người thì luôn ôn hòa, ung dung; người thì hay xúc động mạnh, vội vàng, hấp tấp…Những biểu hiện này chỉ thuần túy là sắc thái, diễn biến khác nhau của hoạt động tâm lý con người về mặt cường độ, tốc độ, nhịp độ mà thôi, chứ không nói lên bản chất con người ấy là lười biếng hay chăm chỉ, trung thực hay giả dối, dũng cảm hay hèn nhát, tài giỏi hay bình thường. Những đặc điểm về hành vi như vậy trở nên ổn định, đặc trưng cho cá nhân được gọi là khí chất (tính khí).

Khí chất là thuộc tính phức hợp của cá nhân, biểu hiện cường độ, tốc độ, nhịp độ của các hoạt động tâm lý, thể hiện sắc thái hành vi, cử chỉ, cách nói năng của cá nhân.

7.4.3.2. Cơ sở sinh lý của khí chất

Người đầu tiên nghiên cứu, phân loại và giải thích về khí chất là Hippocrates, danh y người Hy Lạp vào thế kỷ thứ V trước Công Nguyên. Theo ông, cơ thể con người có bốn chất dịch: máu, nước nhờn, mật vàng và mật đen. Sự pha trộn của các chất này trong cơ thể mỗi người là khác nhau, tỷ lệ vượt trội cùng với tính chất của một trong bốn chất ấy đã quyết định kiểu khí chất (tính khí) của con người:

- Nhiều máu (ở tim, có tính ấm, nóng): tính khí lạc quan (sanguine).
- Nhiều nước nhờn (ở não, có tính lạnh lẽo): tính khí lạnh lùng (phlegmatic).
- Nhiều mật vàng (ở gan, có tính khô khan): tính khí nóng nảy (choleric).

- Nhiều mật đen (ở dạ dày, có tính ẩm ướt): tính khí u sầu (melancholic).

Ngày nay, cách giải thích của Hippocrates không còn phù hợp nữa dù tên gọi của các kiểu khí chất vẫn được giữ nguyên. Học thuyết thần kinh của I.P. Pavlov, nhà sinh lý học người Nga đã lý giải một cách khoa học về khí chất. Theo ông, cơ sở sinh lý của khí chất là kiểu hoạt động thần kinh cấp cao. Khi nghiên cứu về phản xạ có điều kiện, I.P. Pavlov đã xác định hoạt động thần kinh của người và động vật dựa trên hai quá trình thần kinh cơ bản là hưng phấn và ức chế. Hai quá trình này có ba thuộc tính cơ bản: cường độ (sức mạnh của hưng phấn và ức chế), tính cân bằng (hưng phấn và ức chế ngang bằng hay không) và tính linh hoạt (sự chuyển hóa giữa hưng phấn và ức chế có dễ dàng, nhanh chóng hay không). Ở các cá nhân khác nhau, sự kết hợp hai quá trình thần kinh là khác nhau đã tạo ra các kiểu hoạt động thần kinh. Có bốn kiểu thần kinh thường gặp và là cơ sở sinh lý của bốn kiểu khí chất:

- Kiểu mạnh, cân bằng, linh hoạt: khí chất linh hoạt.
- Kiểu mạnh, cân bằng, không linh hoạt: khí chất bình thản.
- Kiểu mạnh, không cân bằng, linh hoạt: khí chất nóng nảy.
- Kiểu yếu: khí chất ưu tư.

7.4.3.3. Các kiểu khí chất điển hình

* *Kiểu khí chất linh hoạt (hăng hái):*

Kiểu khí chất này thuộc về người vui vẻ, lạc quan, thích ứng nhanh, dễ thiết lập các mối quan hệ, dễ chuyển hướng chú ý và nắm thế chủ động, hoạt bát, hóm hỉnh, giọng nói sinh động, vẻ mặt rạng rỡ, không thích công việc đơn điệu, có tính hướng ngoại. Ngoài ra, trí tuệ mềm dẻo, cảm xúc dễ hình thành cũng dễ thay đổi, dễ chấp nhận thất bại cũng là biểu hiện cơ bản.

* *Kiểu khí chất bình thản:*

Kiểu khí chất bình thản thường là người phản ứng chậm, bình tĩnh trong mọi tình huống, chậm nắm thế chủ động, ưa ngăn nắp trật tự, khả năng kiềm chế tốt. Trong quan hệ với người khác ít ba hoa, cãi cọ. Nhận thức chậm nhưng chắc, tình cảm khó hình thành nhưng sâu sắc. Trong công việc thường chịu khó, kiên trì, tự chủ, ít bị lôi cuốn bởi các tác nhân bên ngoài. Khó thích nghi với môi trường mới, có tính ỳ, dễ bỏ lỡ cơ hội.

* *Kiểu khí chất nóng nảy:*

Kiểu khí chất nóng nảy là người nhiệt tình, sôi nổi, thẳng thắn, bộc trực. Các hoạt động tâm lý diễn ra nhanh, mạnh, hào hứng và kiên quyết. Cảm xúc bộc lộ rõ rệt qua nét mặt và ngôn ngữ. Thường là người say mê công việc, có khả năng lôi cuốn người khác nhưng khi gặp trắc trở thì dễ chán nản. Trong quan hệ họ thường dễ bị kích động, dễ nổi giận. Hay thay đổi đột ngột về tâm trạng, khả năng kiềm chế thấp.

* *Kiểu khí chất ưu tư:*

Kiểu khí chất ưu tư thường là người nhạy cảm, dễ bị tổn thương, hay lo lắng bi

quan, giọng nói nhỏ nhẹ, di chuyển từ tốn, suy nghĩ sâu sắc, tưởng tượng phong phú. Họ ít cởi mở nhưng tình cảm bền vững, tinh tế. Trong quan hệ thường vị tha, dễ cảm thông với mọi người. Là người hướng nội, hay mơ mộng, khó thích nghi với môi trường mới. Kiên trì trong công việc, thường bị dằn vặt khi gặp thất bại.

Mỗi kiểu khí chất đều có những ưu điểm và nhược điểm nhất định. Ngoài những kiểu khí chất điển hình còn có những kiểu khí chất trung gian pha trộn những đặc điểm giữa các kiểu trên. Khí chất mang dấu ấn của các kiểu thần kinh cấp cao nhưng khí chất không hoàn toàn do các kiểu hoạt động thần kinh quyết định, mà chủ yếu chịu sự chi phối của nhân tố xã hội, khí chất mỗi cá nhân được thay đổi trong những điều kiện sống, giáo dục. Bằng ý thức và sự rèn luyện, con người có thể phát huy những mặt mạnh và hạn chế những mặt yếu của khí chất bản thân mình.

Khí chất là biểu hiện sinh động của nhân cách, khí chất góp phần tạo nên sắc thái của các thuộc tính nhân cách. Trong ứng xử, giáo dục con người thì khí chất là một căn cứ quan trọng để đưa ra cách ứng xử hay những biện pháp giáo dục phù hợp. Việc sử dụng con người cần căn cứ vào các đặc điểm khí chất của họ để giao việc cho phù hợp và thúc đẩy họ phát huy tối đa những tố chất của bản thân.

7.4.4. Năng lực

7.4.4.1. Định nghĩa

Để hoàn thành có kết quả một lĩnh vực hoạt động, con người phải có những đặc điểm, những thuộc tính đáp ứng được yêu cầu của chính hoạt động ấy. Những thuộc tính nhân cách nói lên hiệu quả hoạt động được gọi là năng lực. Mỗi cá nhân có những năng lực nhất định, người thì xuất sắc trong lĩnh vực âm nhạc, người lại giỏi tính toán với các con số, người thì tài tình trong cảm thụ và sáng tác văn học… Khi xem xét sự khác biệt cá nhân về năng lực, người ta căn cứ vào: tính dễ dàng của hoạt động, số lượng và chất lượng của hoạt động, tính chất độc lập và mức độ sáng tạo trong hoạt động. Thực tế ai cũng có năng lực, chỉ khác nhau ở loại năng lực, số lượng và mức độ của năng lực mà thôi.

Năng lực là tổ hợp những thuộc tính tâm lý độc đáo của cá nhân đáp ứng yêu cầu đặc trưng của hoạt động và đảm bảo cho hoạt động ấy đạt kết quả.

Năng lực bao gồm nhiều thuộc tính của cá nhân được kết hợp và tương tác thống nhất với nhau theo yêu cầu nhất định của một hoạt động, cùng tạo nên kết quả hoạt động. Trong đó có những thuộc tính giữ vai trò chủ đạo, có những thuộc tính hỗ trợ và có những thuộc tính làm nền.

Ví dụ: trong năng lực hội họa, thuộc tính chủ đạo gồm: trí tưởng tượng sáng tạo nghệ thuật; thuộc tính hỗ trợ: tính nhạy cảm thị giác cao có thể phân biệt tinh tế về tỉ lệ, màu sắc, độ sáng tối, trí nhớ hình tượng phát triển; thuộc tính làm nền: rung cảm về cuộc sống, về con người, về cái đẹp.

Năng lực có tính độc đáo thể hiện ở sự khác biệt cá nhân về loại năng lực và mức độ năng lực, trong cùng một năng lực thì mỗi cá nhân cũng có sự khác nhau ở cấu trúc,

quá trình và phương pháp hoạt động khác nhau, kết quả là tạo ra các sản phẩm đa dạng và sáng tạo.

7.4.4.2. Các mức độ của năng lực

- *Năng lực:* mức độ hoàn thành có kết quả một hoạt động nào đó. Ở mức này, nhiều người có thể đạt được.

- *Tài năng:* mức độ cao của năng lực, biểu thị sự hoàn thành công việc nhanh chóng, hoàn hảo, sáng tạo, với thành tích cao ít người sánh kịp. Sản phẩm làm ra thường có giá trị lớn, mang tính độc đáo và mới mẻ. Người tài năng thường có sáng kiến trong công việc, ở họ có sự kết hợp của nhiều năng lực trong nhiều hoạt động phức tạp.

- *Thiên tài:* mức độ cao nhất của năng lực, biểu thị sự hoàn thành một cách đặc biệt xuất sắc có một không hai trong một lĩnh vực hoạt động nào đó. Thành tựu mà thiên tài đạt được có ý nghĩa tạo ra những giá trị mới, một bước ngoặt mới của sự phát triển trong một hoặc nhiều lĩnh vực, mở ra con đường mới, thời kỳ mới cho nhân loại.

7.4.4.3. Phân loại năng lực

Có nhiều cách phân loại năng lực dựa trên các tiêu chí khác nhau. Sự phân chia chỉ mang tính chất tương đối. Căn cứ và mức độ chuyên biệt của năng lực, có thể phân chia thành hai loại năng lực:

- *Năng lực chung* là những năng lực cần thiết cho nhiều hoạt động khác nhau. Ví dụ: năng lực phân tích, trí nhớ, suy luận, tri giác không gian…

- *Năng lực chuyên môn (năng lực riêng)* là sự kết hợp độc đáo những thuộc tính chuyên biệt đáp ứng yêu cầu đối với một lĩnh vực chuyên môn nhất định.

Ví dụ: năng lực toán học, năng lực âm nhạc, năng lực hội họa, năng lực sư phạm…

Hai loại năng lực chung và năng lực chuyên môn luôn hỗ trợ, bổ sung cho nhau. Trong thành phần của năng lực chuyên môn bao hàm những năng lực chung và được phát triển từ những năng lực chung theo hướng chuyên biệt. Chỉ có sự phát triển cả hai loại năng lực này mới đảm bảo cho cá nhân đạt kết quả trong các lĩnh vực hoạt động.

7.4.4.4. Mối quan hệ giữa năng lực với, tư chất, năng khiếu và tri thức, kỹ năng, kỹ xảo

* *Tư chất*

Tư chất là những đặc điểm riêng của cá nhân về giải phẫu sinh lý của não bộ, giác quan, hệ thần kinh, cơ quan vận động, và những chức năng của chúng tạo nên sự khác biệt giữa người này với người khác.

Mỗi người sinh ra có những tư chất khác nhau, tư chất mang đậm tính di truyền và bẩm sinh, nhưng tư chất cũng có phần tự tạo trong đời sống cá thể. Chẳng hạn chức năng của cơ quan phân tích thính giác ở một người có thể được phát triển tinh tế hơn

khi được tiếp xúc và vận động với âm nhạc.

Tư chất là điều kiện, tiền đề tự nhiên cần thiết cho sự phát triển năng lực, tư chất không quyết định trước năng lực của cá nhân, một tư chất nào đó cũng có thể làm tiền đề cho sự phát triển nhiều năng lực khác nhau. Nếu một người có tư chất tốt nhưng không được giáo dục, không gặp hoàn cảnh thuận lợi và không có hoạt động tương ứng thì tư chất ấy cũng bị thui chột.

Tư chất có ảnh hưởng đến chiều hướng, tốc độ của sự hình thành năng lực. Vì thế những người có tư chất thích hợp với một năng lực nào đó thì sẽ dễ dàng phát triển năng lực ấy hơn những người khác. Mặt khác, tư chất là một nhân tố góp phần tạo ra tính độc đáo và mức độ khác nhau về năng lực giữa các cá nhân.

* *Năng khiếu*

Trong cuộc sống, nhiều người bộc lộ rất sớm một số dấu hiệu của một năng lực nhất định được gọi là năng khiếu. Năng khiếu khác với tư chất ở chỗ nó bộc lộ ở một lĩnh vực hoạt động cụ thể, như năng khiếu hội họa, âm nhạc, vận động.

Năng khiếu là dấu hiệu phát triển sớm ở trẻ em về một tài năng nào đó khi đứa trẻ chưa được tiếp xúc một cách có hệ thống trong một lĩnh vực hoạt động tương ứng.

Năng khiếu bộc lộ ở một số khía cạnh như: tốc độ vượt trội trong việc hoàn thành một nhiệm vụ so với bạn cùng tuổi, thành tích xuất sắc, thiên hướng hoạt động mãnh liệt hoặc sáng tạo trong một lĩnh vực nhất định.

Năng khiếu chỉ là dấu hiệu ban đầu hay mầm mống của năng lực. Một em bé có năng khiếu về âm nhạc hay thơ ca không hẳn sẽ trở thành tài năng trong những lĩnh vực ấy. Trong cấu trúc của năng khiếu có những thành phần cơ bản của năng lực nhưng còn sơ khai, chưa ổn định, chưa được củng cố trong hoạt động thực tiễn vì thế nó có thể thay đổi. Năng khiếu mang nhiều yếu tố bẩm sinh vì con người may mắn có được mà chưa cần tới giáo dục và đào tạo. Năng khiếu cần phải được đào tạo và phát triển trong những điều kiện nhất định mới có thể trở thành tài năng.

* *Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo*

Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo là vốn kinh nghiệm của con người được cá nhân tích lũy trong quá trình học tập và rèn luyện.

Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo có quan hệ mật thiết với năng lực nhưng không đồng nhất với năng lực. Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo là điều kiện cần thiết cho năng lực, chẳng hạn không có tri thức, kỹ năng về môn toán sẽ không thể hình thành năng lực toán học. Tuy nhiên, một người có tri thức, kỹ năng, kỹ xảo trong một lĩnh vực chưa chắc có năng lực về lĩnh vực đó. Ngược lại, năng lực góp phần làm cho việc tiếp thu tri thức, kỹ năng, kỹ xảo trong lĩnh vực tương ứng được dễ dàng và nhanh chóng hơn.

7.5. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN NHÂN CÁCH

Nhân cách không có sẵn từ thuở sơ sinh, cũng không phải là sự bộc lộ dần ra từ các bản năng nguyên thủy, nhân cách là sản phẩm "muộn" của con người, là những phẩm chất, những cấu tạo tâm lý mới được hình thành và phát triển trong cuộc sống,

lao động, vui chơi, học tập, giao tiếp. Dân gian cũng thừa nhận rằng con người có quá trình trở nên nhân cách và chú trọng tới việc rèn luyện để con người có được nhân cách tốt: "Con ơi muốn nên thân người". Sự hình thành nhân cách là tiến trình suốt cả cuộc đời con người dù ở mỗi giai đoạn có những khác biệt nhất định. Con người là một thực thể sống động của sự hòa nhập các mặt sinh học, xã hội, tâm lý và văn hóa, vì thế có rất nhiều yếu tố chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách, trong đó các yếu tố quan trọng là: sinh học, môi trường, giáo dục, hoạt động và giao tiếp.

7.5.1. Yếu tố sinh học

Yếu tố sinh học gồm các đặc điểm đặc trưng cho mỗi cá thể như: đặc điểm hình thể, giác quan, hệ thần kinh, cấu trúc và chức năng não bộ…Những đặc điểm sinh học có thể là bẩm sinh (sinh ra đã có), hoặc được di truyền (ghi lại trong gen truyền cho các thế hệ sau).

Cũng như mọi hiện tượng tâm lý khác, nhân cách không thể nảy sinh và phát triển bên ngoài một cơ thể sinh học với cơ sở sinh lý là hoạt động thần kinh cấp cao. Tính chất, đặc điểm, các quy luật và khả năng hoạt động của não, hệ thần kinh, giác quan đều ảnh hưởng và chi phối sự hình thành và những biểu hiện của các đặc điểm nhân cách. Những tố chất sinh học có thể ảnh hưởng tới con đường, tốc độ và sự dễ dàng của một số đặc điểm nhân cách. Chẳng hạn, đặc điểm của hệ vận động, tính mạnh mẽ, dẻo dai và sự dễ dàng thích ứng với hoạt động có thể hướng con người trở thành một vận động viên thể thao; tính chất linh hoạt của hệ thần kinh chi phối các đặc tính của khí chất và tốc độ hình thành năng lực của con người. Thực tế cũng cho thấy, bằng phương pháp giáo dục đặc biệt có thể phát triển nhân cách cho người khuyết tật ở mức tối đa mà họ có thể đạt tới, nhưng với một người mù bẩm sinh không thể trở thành một họa sĩ thực thụ. Người ta cũng hay căn cứ vào sự giống nhau ở một số nét tính cách giữa những người cùng huyết thống để cho rằng đó là sự di truyền. Những nghiên cứu về trẻ sinh đôi cùng trứng cho thấy, có sự tương đồng khá lớn về cách thức phản ứng và cảm xúc của trẻ ở giai đoạn đầu của cuộc đời, càng lớn lên sự khác biệt càng cao và có thể hình thành những nét tính cách khác biệt do những tác động xã hội và sự rèn luyện của mỗi trẻ khác nhau.

Ở một số trường hợp đặc biệt, yếu tố sinh học có thể ảnh hưởng tới mức độ đỉnh cao tạo ra sự khác biệt về những đặc điểm nhân cách nào đó giữa các cá nhân. Lĩnh vực năng lực là minh chứng rõ nhất cho sự ảnh hưởng này, trong những điều kiện như nhau, trẻ nào có yếu tố sinh học ưu thế hơn sẽ có sự phát triển tốt hơn.

Tóm lại, yếu tố sinh học giữ vai trò tiền đề cho sự hình thành và phát triển nhân nhân cách, chúng không quyết định nhân cách ấy như thế nào.

7.5.2. Yếu tố môi trường

Môi trường là tập hợp các yếu tố bên ngoài tác động lên hoạt động sống của từng cá nhân và cộng đồng. Có hai cách phân chia về môi trường:

+ Môi trường tự nhiên và môi trường xã hội. Môi trường tự nhiên: các điều kiện tự

nhiên, hệ sinh thái phục vụ cho cuộc sống của con người, môi trường xã hội: môi trường kinh tế - chính trị, văn hóa xã hội, các mối quan hệ xã hội…

+ Môi trường vĩ mô và môi trường vi mô. Môi trường vĩ mô là toàn bộ những sự kiện và hiện tượng xã hội diễn ra trong phạm vi rộng về không gian và kéo dài về thời gian. Môi trường vi mô được giới hạn ở phạm vi hẹp, gần gũi với cuộc sống con người bao gồm gia đình, nhà trường, các tổ chức Đoàn, Hội, câu lạc bộ…

Môi trường là nguồn gốc của sự hình thành và phát triển nhân cách. Môi trường tự nhiên có thể tác động một phần đến nếp suy nghĩ hay hướng phát triển năng lực nào đó của con người nhưng không trực tiếp. Các nhà khoa học đều thống nhất thừa nhận ảnh hưởng to lớn của môi trường kinh tế, chính trị, văn hóa xã hội với sự phát triển nhân cách. Một xã hội nghèo đói và xung đột sẽ tác động đến mặt đạo đức và định hướng giá trị của con người sống trong xã hội ấy, nền kinh tế thị trường ứng dụng công nghệ và kỹ thuật cao chi phối hướng phát triển năng lực và hình thành các nét tính cách mới ở con người. Những chuẩn mực, tập tục của các dân tộc, các nền văn hóa góp phần tạo nên bản sắc về lối sống và nét đạo đức của nhân cách.

Môi trường vĩ mô cho con người một không gian học tập và quan hệ rộng mở, hình thành nên một thế giới ngày càng "phẳng" giúp sự hình thành năng lực đa dạng, những nét tính cách mới, nhu cầu thị hiếu cao của con người. Trong môi trường vi mô, gia đình là cái nôi, quy định phần lớn nhân cách của chúng ta. Cha mẹ và người thân trong gia đình góp phần rất lớn cho định hướng lối sống, năng lực và nghề nghiệp, đồng thời là người dạy dỗ, uốn nắn con cái về đạo đức phép tắc, cách ứng xử. Bầu không khí, lối sống, phương pháp giáo dục của gia đình và tấm gương sống thực tế của cha mẹ đều ảnh hưởng lớn đến nhân cách của trẻ. Nếu cha mẹ hay hắt hủi, đứa trẻ sẽ có khuynh hướng phát triển tính gây hấn, thích tấn công người khác. Nếu cha mẹ đàn áp, khắt khe, độc đoán thì đứa trẻ thường có những hành vi gượng gạo, tính cách thiếu tự tin và hay xa lánh người khác.

Môi trường có thể ảnh hưởng tốt, xấu lên cá nhân nhưng cá nhân là chủ thể tích cực luôn sàng lọc trước những tác động của môi trường và tác động trở lại môi trường. Tính chất, mức độ ảnh hưởng của môi trường còn tùy thuộc vào mức độ cá nhân tham gia vào môi trường, vào thái độ, nhu cầu, hứng thú, năng lực…của chính họ.

7.5.3. Giáo dục

Giáo dục là hoạt động chuyên biệt, có mục đích, có kế hoạch, có chương trình và sử dụng những hình thức, phương pháp tác động dựa trên cơ sở khoa học nhằm hình thành nhân cách con người theo yêu cầu của xã hội.

Theo quan điểm duy vật biện chứng, giáo dục giữ vai trò chủ đạo trong sự hình thành và phát triển nhân cách.

– Giáo dục vạch phương hướng cho sự hình thành và phát triển nhân cách, xác định mô hình nhân cách trong tương lai đáp ứng yêu cầu của cuộc sống trong mỗi giai đoạn lịch sử nhất định.

– Thông qua giáo dục, mỗi cá nhân lĩnh hội được nền văn hóa, tri thức, kinh nghiệm được chọn lọc dưới sự dẫn dắt của thế hệ trước.

– Cách thức tác động của giáo dục dựa trên những thành tựu khoa học, các quy luật nhận thức và quy luật tâm lý của con người…vì thế nó mang lại hiệu quả phát triển cao và rút ngắn về thời gian.

– Giáo dục có thể phát huy, hiện thực hóa các mặt mạnh của các yếu tố khác chi phối sự hình thành nhân cách như yếu tố sinh học, môi trường; đồng thời bù đắp cho những thiếu hụt và hạn chế do các yếu tố này gây ra (bệnh tật, khuyết tật, hoàn cảnh không thuận lợi).

– Giáo dục có thể uốn nắn những sai lệch của nhân cách về một mặt nào đó so với các chuẩn mực, hướng nó phát triển theo mong muốn của xã hội.

– Giáo dục đi trước sự phát triển, giáo dục luôn hướng về trình độ tương lai với những bậc phát triển ngày càng cao.

Tuy nhiên, không nên tuyệt đối hóa vai trò của giáo dục, cần phải đặt giáo dục trong mối quan hệ với các yếu tố khác.

7.5.4. Hoạt động và nhân cách

Mọi tác động của môi trường hay giáo dục đều là những yếu tố bên ngoài, chúng sẽ không thể được phát huy tác dụng và trở thành hiện thực nếu con người không có hoạt động tiếp nhận các tác động ấy. Hoạt động là phương thức của sự tồn tại xã hội loài người nói chung và con người nói riêng.

- Mỗi hoạt động có những yêu cầu đặc trưng, đòi hỏi con người phải có những phẩm chất tâm lý nhất định. Tham gia vào hoạt động, con người phải có những hành động, những thao tác thích hợp với đối tượng của hoạt động, phải phát triển những phẩm chất và năng lực để có thể đáp ứng với hoạt động đó. Nhân cách hình thành từ yêu cầu của chính hoạt động.

- Trong hoạt động diễn ra đồng thời, thống nhất hai quá trình khách thể hóa và chủ thể hóa. Đó chính là diễn biến của hoạt động, thực chất là sự bộc lộ, thể hiện ý thức nhân cách và sự tiếp thu lĩnh hội nội dung đối tượng hình thành nhân cách của bản thân. Như vậy, nhân cách hình thành và thể hiện, tồn tại trong hoạt động.

- Trong hoạt động, con người sáng tạo ra những sản phẩm vật chất, tinh thần, đóng góp cho người khác, cho xã hội và cho bản thân, hình thành thái độ và khẳng định giá trị xã hội của nhân cách.

Hoạt động giữ vai trò quyết định trực tiếp sự hình thành và và phát triển nhân cách. Nhân cách không thể có được bên ngoài hoạt động, vì thế muốn hình thành nhân cách cần tổ chức các hoạt động phong phú về nội dung, đa dạng về hình thức và luôn đổi mới để thu hút con người tham gia. Cũng cần chú ý tới hoạt động chủ đạo của trẻ ở mỗi thời kỳ nhất định, bởi ý nghĩa quyết định của hoạt động này đối với sự phát triển

những cấu tạo mới trong nhân cách.

7.5.5. Giao tiếp và nhân cách

Cùng với hoạt động giao tiếp có vai trò quyết định sự hình thành và phát triển nhân cách.

– Hoạt động bao giờ cũng diễn ra trong các mối quan hệ con người, vì vậy giao tiếp là điều kiện tồn tại cá nhân và xã hội.

– Qua giao tiếp cá nhân gia nhập vào các quan hệ xã hội, lĩnh hội các giá trị, chuẩn mực xã hội chuyển thành những giá trị chuẩn mực của bản thân.

– Trong giao tiếp con người nhận thức người khác, nhận thức bản thân, tự so sánh mình với người khác và với các chuẩn mực xã hội, tự đánh giá bản thân, hình thành "cái tôi" khách quan từ đó tự điều chỉnh, thay đổi bản thân.

– Trong giao tiếp, cá nhân tác động và ảnh hưởng đến người khác, tạo ra sự chuyển biến ở người khác và khẳng định giá trị xã hội của mình.

– Giao tiếp hình thành hệ thống thái độ và hành vi ứng xử ổn định, có ý nghĩa xã hội; đồng thời giao tiếp còn hình thành khả năng đồng cảm, một phẩm đặc trưng chỉ con người mới có.

Sự hình thành và phát triển nhân cách diễn ra phức tạp, liên tục và lâu dài, trong đó các yếu tố giữ vai trò khác nhau, nhưng cần thấy rằng các yếu tố ấy được phát huy tác dụng khi chúng tương tác và hỗ trợ nhau, tạo nên sức mạnh tổng hợp thúc đẩy sự phát triển và hoàn thiện nhân cách.

PHẦN TÓM TẮT

– Nhân cách là phạm trù nền tảng, lĩnh vực phức tạp và đa diện của Tâm lý học. Để hiểu nhân cách cần phân biệt với một số khái niệm có liên quan: con người, cá nhân, cá tính, chủ thể.

– Nhân cách là sản phẩm muộn trong quá trình phát triển cá thể, khi con người sống hoạt động, giao tiếp trong xã hội loài người, đạt đến mức trưởng thành và có ý thức với tư cách là chủ thể của hoạt động.

– Nhân cách là tổ hợp những thuộc tính tâm lý của cá nhân, thể hiện bản sắc và giá trị xã hội của con người.

– Nhân cách có bốn đặc điểm: tính ổn định (bền vững, khó hình thành, khó thay đổi), tính thống nhất (sự kết hợp thành một tổng thể, các thành phần và đặc điểm có mối liên hệ và tương tác lẫn nhau), tính tích cực (mỗi nhân cách đóng góp cho người khác, cho xã hội và bản thân), tính giao lưu (nhân cách gắn bó, nảy sinh và thể hiện trong giao lưu).

– Có nhiều lý thuyết về nhân cách, mỗi lý thuyết tiếp cận nhân cách ở những góc độ nhất định: thuyết types ngoại hình (E. Kretschmer, W. Sheldon) - đặc điểm hình thể

quy định đặc điểm nhân cách. Thuyết đặc điểm nhân cách (R.Cattell, H. Eysenck…) - nhân cách là những nét kiên định, phương thức thức hành vi có tính chất quen thuộc của mỗi người, các nét này chịu chi phối chủ yếu của yếu tố sinh học. Thuyết phân tâm về nhân cách (S. Freud) - cấu tạo nhân cách gồm ba thành phần: bản năng, cái tôi và cái siêu tôi; động lực nhân cách là những thôi thúc bản năng nằm trong tầng sâu cõi vô thức; nhân cách được phát triển dựa trên năm giai đoạn phát triển tâm tính dục, mỗi giai đoạn có ý nghĩa khác nhau với sự phát triển. Thuyết nhân văn về nhân cách của C. Rogers, A. Maslow: nhấn mạnh việc thỏa mãn các nhu cầu, phát huy bản ngã là con đường phát triển nhân cách. Thuyết hành vi học tập xã hội về nhân cách của A. Bandura: nhân cách có được do cá nhân học tập từ môi trường xã hội nhờ quan sát.

– Cấu trúc nhân cách bao gồm những thành phần được sắp xếp theo những cách nhất định và có mối quan hệ với nhau. Có nhiều quan điểm về cấu trúc nhân cách. Những kiểu cấu trúc thường được sử dụng và có ý nghĩa với trong giáo dục và đào tạo là: cấu trúc nhân cách gồm hai mặt đức và tài, cấu trúc nhân cách gồm 4 thành phần: xu hướng của nhân cách, khả năng của nhân cách, phong cách hành vi của nhân cách và "cái tôi" – hệ thống điều khiển của nhân cách.

– Những thuộc tính điển hình của nhân cách:

+ Xu hướng: hệ thống thúc đẩy, quy định chiều hướng của nhân cách. Các mặt biểu hiện của xu hướng như: nhu cầu, hứng thú, lý tưởng, thế giới quan và niềm tin.

+ Tính cách là những phương thức hành vi ổn định nói lên thái độ của con người với hiện thực và bản thân. Tính cách là sự kết hợp của tính ổn định và tính linh hoạt, tính độc đáo và tính điển hình. Cấu trúc tính cách gồm hệ thống thái độ (với tự nhiên, với xã hội, với người khác, với công việc với bản thân…) và hệ thống hành vi. Hai mặt trong cấu trúc tính cách có mối quan hệ thống nhất và tác động qua lại.

+ Khí chất là những thuộc tính nhân cách thể hiện sắc thái hoạt động tâm lý ở mặt cường độ, tốc độ, nhịp độ. Các kiểu hoạt động thần kinh cấp cao là cơ sở sinh lý của khí chất, chúng in dấu ấn khá lớn lên các biểu hiện khí chất của con người, tuy nhiên khí chất không phải là bẩm sinh, khí chất chịu ảnh hưởng lớn của giáo dục và tự rèn luyện. Có bốn kiểu khí chất điển hình: khí chất linh hoạt, khí chất nóng nảy, khí chất bình thản và khí chất ưu tư. Mỗi kiểu khí chất đều có ưu điểm và nhược điểm. Giáo dục khí chất không phải là việc thay đổi từ kiểu khí chất này sang kiểu khí chất khác, mà hướng vào việc phát huy những ưu điểm, hạn chế những nhược điểm của từng kiểu khí chất.

+ Năng lực là những thuộc tính nhân cách nói lên hiệu quả hoạt động của con người trong một lĩnh vực hoạt động nhất định. Người ta thường phân loại năng lực chung và năng lực chuyên môn. Con người khác nhau ở các loại năng lực và mức độ của năng lực. Người ta thường phân chia các mức độ năng lực như sau: năng lực (mức hoàn thành có kết quả), tài năng (hoàn thành xuất sắc, sáng tạo), thiên tài (mức hoàn thành kiệt xuất, có một không hai, tạo ra bước phát triển mới trong một lĩnh vực).

Năng lực phát triển dựa trên tư chất của cá nhân (các thuộc tính sinh lý thần kinh và chức năng của chúng), tuy nhiên tư chất không quyết định năng lực. Năng khiếu là dấu hiệu sớm về một năng lực nào đó khi con người chưa được đào tạo và giáo dục. Năng khiếu là mầm mống và không quyết định năng lực.

– Có nhiều yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách, mỗi yếu tố giữ vai trò khác nhau: yếu tố sinh học là tiền đề vật chất, yếu tố môi trường đóng vai trò quan trọng, là nguồn gốc, nội dung của nhân cách, giáo dục giữ vai trò chủ đạo, hoạt động và giao tiếp giữ vai trò quyết định trực tiếp sự hình thành và phát triển nhân cách.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tài liệu tiếng Việt

1. Đào Duy Anh (1996), *Từ điển Hán Việt*, NXB Khoa học Xã hội, Hà Nội.

2. Nguyễn Ngọc Bích (1998), *Tâm lý học nhân cách*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

3. Lê Thị Bừng (chủ biên) (2007), *Các thuộc tính điển hình của nhân cách*, NXB Đại học Sư phạm, Hà Nội.

4. Benjamin S.Bloom và cộng sự (1995), *Nguyên tắc phân loại - Mục tiêu giáo dục, lĩnh vực nhận thức*, (Đoàn Văn Điều dịch), NXB Giáo dục, Hà Nội.

5. A.V. Daparogiet (1977), *Tâm lý học* (tập 2) (lược dịch: Phạm Minh Hạc), NXB Giáo dục.

6. Phạm Tất Dong, Nguyễn Hải Khoát, Nguyễn Quang Uẩn (1995), *Tâm lý học đại cương* (tập 1), Đại học Mở Hà Nội.

7. Vũ Dũng (chủ biên) (2008), *Từ điển Tâm lý học*, NXB Khoa học Xã hội.

8. Howard Gardner (1997), *Cơ cấu trí khôn*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

9. Phạm Minh Hạc (1987), *Tâm lý học Vưgôtxki*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

10. Phạm Minh Hạc, Nguyễn Kế Hào, Nguyễn Quang Uẩn (1991), *Tâm lý học*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

11. Phạm Minh Hạc (chủ biên) (1998), *Tâm lý học*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

12. Phạm Minh Hạc (2001), Nghiên cứu con người và nguồn nhân lực đi vào công nghiệp hóa, hiện đại hóa, NXB Chính trị Quốc gia, Hà Nội.

13. Lê Văn Hồng, Lê Ngọc Lan, Nguyễn Văn Thành (1995), *Tâm lý học lứa tuổi và Tâm lý học sư phạm*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

14. Đặng Phương Kiệt (2000), *Những vấn đề tâm lý và văn hóa hiện đại*, NXB Văn hóa thông tin, Hà Nội.

15. (1989), *Hoạt động - ý thức - nhân cách* (Phạm Minh Hạc, Phạm Hoàng Gia và Phạm Huy Châu dịch), NXB Giáo dục, Hà Nội.

16. B. Ph. Lomov (2000), *Những vấn đề lý luận và phương pháp luận Tâm lý học* (Nguyễn Đức Hưởng, Dương Diệu Hoa và Phan Trọng Ngọ dịch), NXB Đại học Quốc gia, Hà Nội.

17. Nguyễn Hữu Nghĩa, Triệu Xuân Quýnh, Bùi Ngọc Oánh (1992), *Tâm lý học (tập 1)*, Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh.

18. Đào Thị Oanh (chủ biên) (2007), *Vấn đề nhân cách trong tâm lý học ngày nay*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

19. Hoàng Phê (1988), *Từ điển Tiếng Việt*, Trung tâm Từ điển ngôn ngữ Hà Nội.

20. J. Piaget (1986), *Tâm lý học và giáo dục học*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

21. J. Piaget (1996), *Tuyển tập Tâm lý học*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

22. J. Piaget (1997), *Tâm lý học trí khôn*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

23. Huỳnh Văn Sơn (2011), *Nhập môn Tâm lý học phát triển*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

24. Minh Tân, Thanh Nghi, Xuân Lãm (1998), *Từ điển Tiếng Việt*, Hội Ngôn ngữ học Việt Nam, NXB Thanh Hóa.

25. Trần Trọng Thủy (1992), *Khoa học chẩn đoán tâm lý*, NXB Giáo dục.

26. Nguyễn Xuân Thức (chủ biên) (2006), Tâm lý học đại cương, NXB ĐHSP, Hà Nội.

27. Nguyễn Quang Uẩn (chủ biên), Trần Hữu Luyến, Trần Quốc Thành (1998), *Tâm lý học đại cương*, NXBĐHQG Hà Nội.

28. Nguyễn Quang Uẩn (chủ biên), Nguyễn Văn Lũy, Đinh Văn Vang (2004), *Giáo trình Tâm lý học đại cương*, NXB Đại học Sư phạm, Hà Nội.

Tài liệu Tiếng Anh

29. Benjamin S. Bloom et al (1971), *Handbook on Formative and Summative Evaluation of Student learning*, New York, Mc. Graw - hill book Company.

30. Jerome B. Duseck (1989), *Adolescent Development and Behavior*, New Jersey. Prentice Hull, Inc.

31. Max Leibestseder (1998), *Intelligenzunters cheide*, Verlag Kolhammer, Stuttgart.

32. Paul. A. Schwarz (1972), *Ability Testing in Developing Countries*, New York, Pracger Publishers.

33. Daniel Goleman (1997), *Emotional Intelligence in Context*, Published by Basic Books, A member of the Perseus Books Group.

34. Wayne Weiten (1992), Psychology, Brook/Cole Publishing Company, Wadsworth, Inc.